H. MAHMUD, S.Ag., M.M., M.Pd.

PROBLEMATIKA SISWA
DI SEKOLAH / MADRASAH

INSTITUT AGAMA ISLAM
ULUWIYAH
MOJOKERTO

PROBLEMATIKA SISWA
DI SEKOLAH/MADRASAH

.

الإدارة العالية لجمعية
N U
نهضة العلماء
١٣٤٤
1926
benhan

H. Mahmud, S. Ag., M.M., M. Pd.

PROBLEMATIKA SISWA DI SEKOLAH/MADRASAH

Penerbit
YAYASAN PENDIDIKAN ULUWIYAH
Mojokerto Indonesia

Perpustakaan Nasional: Katalog dalam Terbitan (KDT)

MAHMUD,
Probalematika Siswa di Sekolah/Madrasah / Mahmud
- Cet. 2 – Mojokerto: Yayasan Pendidikan Uluwiyah, Nopember 2023
xii – hlm; 15 x 21 cm

ISBN : 978-602-60025-3-2

PROBLEMATIKA SISWA DI SEKOLAH/MADRASAH

H. Mahmud, S.Ag., M.M., M.Pd.

Cetakan Kedua : Nopember 2023

Perancang sampul dan lay out: *Tony's Comp.* Group

Diterbitkan Oleh :
YAYASAN PENDIDIKAN ULUWIYAH
Mojokerto Jawa Timur Indonesia

Motto :

“*Barangsiapa yang awalnya bersinar, maka akhirnya juga akan bersinar”*
(Ibnu “Atha’illah fi al-Hikam)

Karya ini Kupersembahkan buat:

- Ayahanda dan Ibunda yang terhormat
- Ibu Bapak Guru yang telah mendewasakan aku,
- Istriku Hj. Fauziah Rusmala Dewi, S.Ag., S. Pd.
- Penerus cita-citaku Moh. Thoriq Aqil Fauzi; Moh. Fikri Ramadhani Fauzi; dan Fadiyah Kamila Mahmudah
- Teman-teman seperjuangan, serta
- Mereka yang ingin maju dan sukses

KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmanirrahim

Puji syukur kami panjatkan ke hadirat Allah SWT. Yang telah melimpahkan rahmat, taufiq dan hidayah-Nya, sehingga kami dapat menyelesaikan buku "*Problematika Siswa di Sekolah/Madrasah*" ini. Shalawat serta salam semoga dilimpahkan kepada rasul-Nya Muhammad SAW.

Belajar adalah suatu proses yang dapat menimbulkan terjadinya suatu perubahan atau pembaharuan dalam tingkah laku atau kecakapan. Dalam proses belajar tersebut, tentu banyak problem yang menyertainya. Problematika belajar tersebut acapkali nampak pada pribadi anak didik di sekolah/madrasah, sehingga membuat proses pendidikan dan pembelajaran kurang arif dan bijak, efektif dan efisien. Dengan memahami problematika belajar, diharapkan proses pendidikan dan pembelajaran akan lebih bijaksana, efektif dan efisien, baik bagi guru sebagai pendidik maupun siswa sebagai terdidik.

Penulisan buku ini dimaksudkan antara lain, untuk memenuhi tuntutan kebutuhan melengkapi bahan-bahan studi ilmiah tentang pendidikan/tarbiyah atau pembelajaran, khususnya pada Fakultas Ilmu Pendidikan/Tarbiyah di PTN, PTS, PTKIN maupun PTKIS. Juga kebutuhan untuk lebih mengembangkan ilmu pengetahuan tentang Pendidikan dan Pembelajaran yang sampai saat ini dirasa masih belum maksimal di kalangan pendidik di Indonesia.

Kami menyampaikan terima kasih kepada seluruh penulis buku sebagaimana tercantum dalam Bibliografi buku ini, karena dari sanalah materi yang terkandung dalam buku ini tersusun, walau

dengan mengadakan penyesuaian di sana-sini. Terima kasih juga kepada rekan-rekan dosen dan mahasiswa IAI Uluwiyah Mojokerto serta STIE Darul Falah Mojokerto, serta penerbit dan semua pihak yang membantu terselesainya penyusunan buku ini. Mudah-mudahan Allah melipatgandakan amal baik mereka dan memudahkan segala urusannya. *Amin*.

Mudah-mudahan apa yang disajikan dalam buku sederhana ini dapat menarik, berguna dan meningkatkan mutu studi kependidikan bagi siapapun. Walaupun demikian, penyusun menyadari benar bahwa buku ini pasti mempunyai keterbatasan-keterbatasan maklumlah "*tak ada gading yang tak retak*". Tegur sapa dan saran kiranya sangat berharga demi kesempurnaan buku ini. Mudah-mudahan bermanfaat, kepada-Mu kami mengabdi dan kepada-Mu pula kami memohon pertolongan. *Amin ya rabbal Alamin*.

Ngoro, Nopember 2023
Jumadal Ula 1445

Mahmud

DAFTAR ISI

BAB 1
PERILAKU ASERTIF

A. Pengertian Perilaku Asertif

Menurut Rathus (dalam Aryani, 2009) orang yang asertif adalah orang yang mengekspresikan perasaan dengan sungguh-sungguh, menyatakan tentang kebenaran. Mereka tidak menghina, mengancam ataupun meremehkan orang lain. Orang asertif mampu menyatakan perasaan dan pikirannya dengan tepat dan jujur tanpa memaksakannya kepada oranga lain.

Caplin dalam Sariningtyas (2005:8) berpendapat, perilaku adalah semua respon baik itu tanggapan, jawaban maupun batasan yang dilakukan oleh organisme dan hal ini dapat berupa pendapat, aktifitas atau gerak-gerik. Lazarus (dalam Aryani, 2004:9) mengidentifikasikan perilaku asertif adalah perilaku dimana individu mengekspresikan perasaan (baik yang positif maupun negatif) dan pikirannya secara tegas dan bebas dengan memperhatikan perasaan orang lain atau dengan kata lain mempertahankan hak sendiri tanpa mengganggu hak orang lain. Selain itu, Natawidjaja (dalam Soetjipto dan Kosasi 2009:62) berpendapat bahwa perilaku asertif adalah peserta didik mampu menyatakan tidak, mampu membuat permintaan,

mampu mengungkapkan perasaan positif dan negatif, serta mampu membuka dan mengakhiri percakapan.

Dari beberapa pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa, perilaku asertif adalah tingkah laku interpersonal yang mengungkap emosi secara terbuka, jujur, tegas dan langsung pada tujuan sebagai usaha untuk mencapai kebebasan emosi dan dilakukan dengan penuh keyakinan diri dan sopan serta bertanggung jawab. Sehingga perilaku asertif ini, tidak merugikan orang lain.

B. Perkembangan Perilaku Asertif

Perilaku asertif merupakan suatu perilaku yang bukan bawaan dari lahir. Asertif merupakan suatu ketrampilan atau perilaku yang dapat dipelajari. Pengalaman awal pada masa kanak-kanak yang diterima dari orang yang penting dalam kehidupan individu (*significant others*), baik berupa pesan verbal maupun non verbal mempengaruhi penghargaan diri (*self recognition*) pada individu. Bila individu lebih banyak menerima pesan positif, maka ia juga akan mengembangkan posisi hidup yang positif, demikian juga sebaliknya. Keyakinan-keyakinan, pikiran-pikiran dan perasaan-perasaan apa yang terbentuk selama vase perkembangan individu akan berperan dalam membentuk perilaku pasif, agresif, atau asertif (Burley-Allen dalam Aryani, 2004:34).

C. Komponen-komponen Perilaku Asertif

Burley-Allen (dalam Aryani, 2004:30) perilaku asertif terdiri dari empat komponen yaitu: komponen verbal, kognitif, emosional dan non verbal.

1. Komponen verbal (kata-kata yang digunakan)
   Perilaku asertif ditunjukkan dengan kata-kata tidak memberi penilaian, label dan tidak menyudutkan orang lain "kamu seharusnya........", atau mengulang-ulang frase "anda.......".

2. Komponen kognitif
   Komponen kognitif berkaitan dengan apa yang dialami individu secara internal, mencakup semua hal yang mengganggu perilaku individu untuk menuju perilaku yang di inginkan sebagai cermin konsep diri.
3. Komponen emosional
   Merupakan tingkat emosi atau perasaan diri yang di ekspresikan. Penting artinya untuk mengungkapkan pesan emosional yang situasinya sesuai, karena nada suara berperan penting bagaimana pesan diterima orang lain.
4. Komponen non verbal
   Merupakan hal penting karena apa yang diungkapkan akan di ekspresikan secara non verbal, termasuk bahasa tubuh, ekspresi wajah, kontak mata, gerak isyarat dan kecepatan bicara.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa komponen perilaku asertif terbagi menjadi dua bagian besar. Yaitu, komponen yang tidak tampak (*covert*) yang terdiri dari aspek kognitif dan emosional individu. Dan yang kedua adalah komponen yang tampak (*overt*) yang terdiri dari aspek verbal maupun non verbal.

D. Karakterisitik Perilaku Asertif

Menurut Natawidjaja (dalam Soetjipto dan Kosasi 2009: 62), orang yang berperilaku asertif memiliki karakteristik antara lain:

1. Mampu dan terbiasa mengekspresikan pikiran dan perasaan pada orang lain.
2. Meminta pertolongan pada orang lain pada saat membutuhkan pertolongan.
3. Sering bertanya pada orang lain pada saat sedang bingung.
4. Pada saat berbeda pendapat dengan orang lain, mampu mengungkapkan pendapatnya secara jujur dan terbuka.
5. Memandang wajah orang yang diajak bicara pada saat berbicara dengannya.

6. Pada saat tidak ingin melakukan sesuatu pekerjaan, mampu berkata tidak.

Adapun Fensterheim dan Baer (dalam Sariningtyas, 2005:21) menyatakan bahwa orang yang berperilaku asertif mempunyai tiga ciri, yaitu:

1. Merasa bebas untuk mengemukakan emosi yang dirasakan melalui kata dan tindakan. Misalnya: "inilah diri saya, inilah saya sebenarnya".
2. Dapat berkomunikasi dengan orang lain. Baik dengan orang yang tidak dikenal, sahabat dan keluarga. Dalam berkomunikasi, relatif terbuka dan jujur.
3. Mempunyai pandangan yang aktif tentang hidup. Kerena orang asertif cenderung mengejar apa yang diinginkan dan berusaha agar sesuatu itu terjadi serta sadar akan dirinya bahwa ia tidak dapat selalu menang, maka ia menerima keterbatasannya, akan tetapi ia selalu berusaha utuk mencapai sesuatu dengan usaha yang sebaik-baiknya dan sebaliknya, orang yang tidak asertif selalu menunggu datangnya sesuatu.

E. Manfaaat Perilaku Asertif

Goddard berpendapat bahwa perilaku asertif dapat membantu seseorang dalam memenuhi kebutuhan untuk aktualisasi diri, kesadaran diri dan kemampuan menyesuaikan diri terhadap hak-hak orang lain. Rimm dan Master menyatakan bahwa perilaku asertif dapat menambah perasaan sehat dan memungkinkan seseorang untuk memperoleh penghargaan sosial serta merasa senang. Sedang menurut Sanchez dan Sahn perilaku asertif dapat membuat individu percaya diri, mendapatkan reaksi positif dari orang lain, mengurangi kevemasan dalam suatu situasi sosial, meningkatkan hubungan komunikasi antar pribadi dan mengurangi keluhan somatik. Semakin tinggi kemampuan seseorang dalam berperilaku asertif akan semakin tidak mudah depresi (Aryani, 2004:36). Selain itu, manfaat dari berperilaku asertif adalah emosi kita tidak akan dapat dikendalikan

oleh orang lain. Karena kita mampu untuk menyatakan perasaan kita sesuai dengan apa yang kita rasakan.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa manfaat dari perilaku asertif adalah: 1) membuat individu mampu mengaktualisasikan dirinya, 2) kemampuan menyesuaikan diri, 3) meningkatkan kemampuan berkomunikasi antar pribadi, 4) mendapat reaksi positif dari orang lain, 5) menambah perasaan sehat, dan 6) lebih percaya diri.

F. Cara Membentuk dan Menumbuhkan Perilaku Asertif

Pembentukan perilaku asertif pada diri siswa di dasarkan pada asumsi, bahwa siswa sebagai orang yang memiliki pengetahuan dan keterampilan. Namun keduanya kurang memadai, sehingga ada beberapa hal yang ditekanlam pada pembentukan perilaku asertif yaitu:

1. Mengenal diri siswa masing-masing
   Mengenal diri merupakan dasar dari pengembangan diri. Pengenalan diri berguna untuk menyadari kelebihan dan kekurangan masing-masing, kemudian menerima segala kekurangan dan kelebihan tersebut.
2. Mengekspresikan perilaku verbal maupun non verbal
   Siswa dilatih untuk terbuka dengan dirinya sendiri dan mengungkapkan apa yang ada dalam pikiran (perasaannya).
3. Memperkenalkan contoh perilaku asertif siswa
   Pada tahap ini siswa ditunjukkan perilaku asertif dalam kehidupan sehari-hari. Adapun teknik yang digunakan adalah modelling (contoh), median yang digunakan dapat dengan televisi atau vidio.
4. Belajar menerapkan perilaku asertif
   Pada tahap ini siswa diharapkan agar berperilaku asertif terhadap situasi yang telah disiapkan oleh guru. Adapun situasi

yang dapat digunakan misalnya: berhadapan dengan guru, merespon secara asertif sahabat, dan lainnya.

5. Mengaplikasi dalam kehidupan sehari-hari
   Keterampilan yang sudah dipelajari, diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.

Adapun hal-hal yang diperlukan untuk menumbuhkan perilaku asertif, yaitu:

1. Berusahalah dan biasakanlah berbicara dengan rasa percaya diri.
2. Berusahalah dan biasakanlah mengekspresikan pikiran dan perasaan dengan jelas pada orang lain.
3. Biasakanlah memandang wajah orang yang Anda ajak bicara ketika berbicara dengannya.
4. Biasakanlah mengungkapkan pendapat kita secara jujur dan terbuka pada orang lain.
5. Apabila Anda tidak ingin melakukan suatu pekerjaan maka katakan "tidak" (dengan kata-kata dan nada serta alasan yang bisa dimengerti dan diawali "maaf").
6. Responslah emosi Anda dengan cara yang sehat untuk menghindari perilaku agresif. *Wallahu A'lam*.

HONESTY IS THE BEST POLICY
Kejujuran adalah modal yang paling baik

BAB 2
PERILAKU AGRESIF

A. Pengertian Perilaku Agresif

Istilah kekerasan (*violence*) dan agresif (*agresion*) memiliki makna yang hampir sama, sehingga sering kali dipertukarkan. Perilaku agresif selalu dipersepsi sebagai kekerasan terhadap pihak yang dikenai perilaku tersebut. Menurut Anantasari (2006:113) "perilaku agresif adalah segala bentuk perilaku yang disengaja terhadap orang lain maupun objek lain dengan tujuan merugikan, mengganggu, melukai ataupun mencelakakan korban baik secara fisik maupun psikis, langsung maupun tidak langsung".

Menurut Barbara (2005:16) "perilaku agresif adalah segala bentuk perilaku yang dimaksudkan untuk menyakiti atau melukai makhluk hidup lain yang terdorong untuk menghindari perlakuan itu". Sedangkan menurut Rita (2005:105) "perilaku agresif lebih menekan pada suatu yang bertujuan untuk menyakiti orang lain dan secara sosial tidak dapat diterima". Ada dua utama agresi yang saling bertentangan yakni untuk membela diri dan di pihak lain adalah untuk meraih keuntungan dengan cara membuat lawan tidak berdaya.

Jadi, perilaku agresif adalah perilaku seseorang yang diwujudkan dalam tindakan penyerangan secara fisik maupun non fisik terhadap orang lain yang dapat membahayakan atau mencederai orang lain. Perilaku agresif juga dapat disebut sikap yang bermusuhan yang ada pada diri manusia. Hal ini berarti bahwa tindakan atau perilaku menyakiti orang lain baik secara fisik maupun non fisik dan sosial dapat diindikasikan sebagai bentuk tindakan perilaku agresif.

B. Ciri-ciri Perilaku Agresif

Menurut Anantasari (2006:90) ciri-ciri perilaku agresif adalah sebagai berikut:

1. Menyakiti atau merusak diri sendiri, orang lain, atau objek-objek penggantinya

   Perilaku agresif, termasuk yang dilakukan anak, hampir pasti menimbulkan adanya bahaya berupa kesakitan yang dapat dialami oleh dirinya sendiri ataupun orang lain. Bahaya kesakitan dapat berupa kesakitan fisik, misalnya pemukulan, di lempar benda keras dan kesakitan secara psikis misalnya karena diancam, diberi umpatan, dan diteror. Seperti yang telah disinggung sebelumnya, ada anak yang cenderung melakukan agresivitas ke dalam yaitu menyakiti diri sendiri dan ada juga yang melakukan agresivitas ke luar yaitu menyakiti orang atau obyek lain. Entah dengan sasaran diri sendiri atau obyek di luar diri, keduanya masuk dalam kategori agresivitas.

   Selain itu, yang perlu dipahami juga adalah bahwa sasaran perilaku agresif seringkali juga juga bukanlah obyek pertama yang awalnya membangkitkan dorongan untuk berperilaku agresif. Perilaku agresif dapat ditujukan untuk obyek lain baik organisme maupun benda mati. Misalnya seorang anak yang memukul adiknya atau memecahkan piring setelah dimarahi orang tuanya. Akan tetapi, meskipun sasarannya beragam dan berganti, ciri utamanya dapat dilihat yaitu, menyakiti atau merusak sasaran tersebut.

2. Tidak diinginkan oleh orang yang menjadi sasarannya

    Perilaku agresif, terutama agresi yang ke luar pada umumnya juga memiliki sebuah ciri yaitu tidak diinginkan oleh orang yang menjadi sasaranya. Oleh karena itu, seorang dokter yang menimbulkan kesakitan karena mecabut gigi pasiennya untuk menyembuhkan sakit sesuai dengan kehendak pasien tidak termasuk dalam perilaku agresif. Pemahaman bahwa rasa sakit dalam batas yang ditolerir tidak selalu berkaitan dengan agresi nmun dapat juga ditujukan bagi tujuan-tujuan yang lebih positif perlu diberikan kepada anak. Hal ini perlu untuk membentuk persepsi yang lebih positif pada anak terhadap dunia yang dia tempati.

3. Seringkali merupakan perilaku yang melanggar norma sosial

    Perilaku agresif pada umumnya selalu dikaitkan dengan pelanggaran terhadap norma-norma sosial. Contoh tentang pekerjaan seorang dokter di atas dapat juga diterapkan disini. Masyarakat tidak akan menyalahkan jika seorang dokter melakukan sesuatu yang menyakitkan pasiennya karena begitulah pandangan yang diterima masyarakat tentang pekerjaan yang akan banyak dilakukan oleh seorang dokter. Masyarakat akan menganggap sebuah perilaku menjadi agresif ketika dikaitkan dengan pelanggaran norma sosial, misalnya melakukan pembunuhan terhadap orang yang tidak bersalah. Hal itu memang agak membingungkan dalam beberapa kasus ketika norma sosial ternyata bersifat relatif, berbeda dalam berbagai tempat dan berubah dari waktu ke waktu.

C. Faktor yang Mempengaruhi Perilaku Agresif

Ada berbagai faktor yang mempengaruhi perilaku agresif menurut Anantasari (2006:64) antara lain:

1. **Faktor-faktor Psikologis**
    a. Perilaku Naluriah

Menurut Sigmund Freud, dalam diri manusia ada naluri kematian,yang ia sebut pula *thanatos* yaitu energi yang tertuju untuk perusakan atau pengakhiran kehidupan. Memang Freud juga mengatakan bahwa dalam diri manusia terdapat naluri kehidupan, yang dia sebut pula eros. Dalam pandangan Freud, agresi terutama berakar dalam naluri kematian yang diarahkan bukan ke dalam diri sendiri, ke orang-orang lain. Sedangkan menurut Konrad Lorenz, agresi yang membuahkan bahaya fisikal buat orang-orang lain berakar dalam naluri berkelahi yang dimiliki manusia.

b. Perilaku yang Dipelajari

Menurut Albert Bandura, peirlaku agresif berakar dalam respons-respons agresif yang dipelajari manusia lewat pengalaman-pengalamannya di masa lampau. Dalam proses pembelajaran perilaku agresif, terlibat pula berbagai kondisi sosial atau lingkungan yang mendorong perwujudan perilaku agresif.

2. Faktor-faktor Sosial

a. Frustasi

Tidak diragukan lagi pengaruh frustasi dalam peruyakan perilaku agresif. Seperti diuraikan dalam hipotesis frustasi-agresi dari John Dollard, ilustrasi bisa mengakari agresi. Kendati demikian, tidak setiap anak atau orang yang mengalami frustasi serta-merta meruyakkan agresi. Ada variasi luas sehubungan dengan reaksi yang bisa muncul dari anak atau orang yang mengalami frustasi. Reaksi lain semisal berupa penarikan diri atau depresi.di samping itu, tidak setiap agresi berakar dalam frustasi.

b. Provokasi Langsung

Bukti-bukti mengindikasikan betapa pencederaan fisikal *(physical abuse)* dan ejekan verbal dari orang-orang lain bisa memicu perilaku agresif.

c. Perilaku tontonan perilaku agresif di Televisi

Terdapat kaitan antara agresi dan paparan tontonan kekerasan lewat televisi. Semakin banyak anak menonton kekerasan lewat televisi, tingkat agresi anak tersebut terhadap orang-orang lain bisa semakin meningkat pula. Ternyata pengaruh tontonan kekerasan lewat televisi itu berifat kumulatif, artinya makin panjangnya paparan tontonan kekerasan dalam kehidupan sehari-hari semakin meningkatkan perilaku agresif.

3. **Faktor-faktor Lingkungan**
   Faktor lingkungan meliputi pengaruh polusi udara, kebisingan, dan kesesakan karena kondisi manusia yang terlalu berjejal. Kondisi-kondisi itu bisa melandasi peruyakan perilaku agresif.

4. **Faktor-faktor Situasional**
   Termasuk dalam kelompok faktor ini antar adalah lain adalah rasa sakit atau rasa nyeri yang dialami manusia, yang kemudian mendorong si manusia meruyakkan perilaku agresif.

5. **Faktor-faktor Biologis**
   Para peneliti yang menyelidiki kaitan antara cedera kepala dan perilaku kekerasan mengindikasikan betapa kombinasi pencederaan fisikal yang pernah dialami dan cedera kepala, mungkin ikut melandasi peruyakan perilaku agresif.

6. **Faktor-faktor Genetik**
   Pengaruh faktor genetik anta lain ditunjukkan oleh kemungkinan yang lebih besar untuk peruyakan perilaku agresif dari insane pria yang memiliki kromosom XYY.

D. Pemicu terjadinya Perilaku Agresif

Menurut Surya (2004:45-48) faktor pencetus anak suka berperilaku suka agresif, antara lain:

1. Anak merasa kurang diperhatikan atau merasa terabaikan.

2. Anak selalu merasa tertekan, karena selalu mendapat perlakuan kasar.
3. Anak kurang merasa dihargai atau disepelekan.
4. Tumbuhnya rasa iri hati anak.
5. Sikap agresif merupakan cara berkomunikasi anak.
6. Pengaruh kekurang harmonisan hubungan dalam keluarga.
7. Pengaruh tontonan aksi-aksi kekerasan dari media Televisi.
8. Pengaruh pergaulan yang buruk.

Menurut Anantasari (2006:92), terdapat faktor pemicu yang mempengaruhi terjadinya perilaku agresif antara lain:

1. Frustasi
   Secara umum, frustasi pada individu akan muncul ketika banyak terdapat harapan yang tidak terpenuhi. Frustasi ternyata berkaitan dengan agresi. Sebuah teori mengatakan bahwa agresi selalu merupakan konsekuensi dari frustasi dan frustasi selalu menimbulkan beberapa bentuk agresi. Oleh karenanya, situasi menekan dan tanpa harapan yang dialami anak sangat mungkin memicu terjadinya perilaku agresif.

2. Pembelajaran sosial dan hadiah
   Munculnya agresif juga diungkap oleh Bandura lewat teori belajar sosialnya. Teori ini mengungkapkan bahwa kita belajar agresif dengan melihat model-model yang mendapatkan "hadiah" dan pengakuan ketika mereka melakukan perilaku tersebut. Dengan melakukan perilakau agresif seperti model yan diidolakan, seorang anak akan menganggap dirinya mendapat hadiah atau menjadi "hebat" seperti tokoh yang diidolakan. Selain meniru pada model, perilaku agresif juga dapat muncul karena anak mendapat hadiah. Misalnya saja anak menjadikan perilaku agresif sebagai mekanisme yang akan selalu ia lakukan ketika lingkungan atau orang tuanya selalu memberikan apa yang diinginkan anak ketika melakukan perilaku tersebut.

3. Pengaruh kelompok

Penyebab agresif berkaitan juga dengan pengaruh kelompok. Ketika seorang anak masuk dalam kelompok, ada kecenderungan untuk menaati peraturan yang dimiliki kelompok. Ketaatan ini akan diperjuangkan karena akan menghasilkan penerimaan, penghargaan, bahkan pengakuan. Ketaatan ini pada akhirnya juga muncul ketika anak dituntut untuk melakukan perilaku agresif.

4. Pengaruh lingkugan fisik
   Pengaruh lingkungan fisik yang buruk dalam banyak hal dapat menjadi faktor pemicu munculnya agresif. Misalnya saja lingkungan yang sangat bising dan panas dapat mendorong orang bertindak dengan cara-cara yang keras.

E. Dampak dari Perilaku Agresif

Dampak buruk perilaku agresif bagi korban-korbanya meniscayakan kita selalu berupaya mengeliminasikan faktor-faktor penyebab perilaku agresif. Dengan upaya tersebut diharapkan dapat meminimalkan terjadinya tindakan perilaku agresif. Dampak buruk bagi korban perilaku agresif menurut Anantasari (2006:66) antara lain:

1. Perasaan tidak berdaya
2. Kemarahan setelah menjadi korban perilaku agresif
3. Perasaan bahwa diri sendiri mengalami kerusakan permanen
4. Ketidakmampuan memercayai orang lain dan ketidakmampuan menggalang relasi dekat dengan orang lain.
5. Keterpakuan pada pikiran tentang tindakan agresif atau kriminal.
6. Hilangnya keyakinan bahwa dunia bias berada dalam tatanan yang adil.

Perilaku agresif pada anak jelas meresahkan banyak orang termasuk orang tua. Hal ini dapat dipahami mengingat perilaku ini memiliki berbagai macam dampak yang merugikan. Beberapa dampak negatif yang cukup jelas dapat dilihat berkaitan dengan

kemunculan perilaku agresif ini secara terus menerus. Menurut Anantasari (2006:95) dampak-dampaknya adalah sebagai berikut:

1. Ketergantungan pada perilaku
   Ketika hal banyak diperoleh lewat perilaku agresif (penghargaan, kesenangan, dan sebagainya) seorang anak cenderung melestarikan perilaku ini dalam hidupnya.

2. Menjadi perilaku fondasi
   Kecenderungan banyak melakukan perilaku agresif pada masa kanak-kanak sebenarnya dapat menjadi fondasi bagi dilakukannya berbagai perilaku agresif di masa dewasa. Banyak orang yang melakukan kejahatan ternyata memiliki sejarah perilaku agresif pada masa kanak-kanaknya.

3. Menjadi model yang buruk
   Dilakukannya perilaku agresif oleh seorang anak ternyata memiliki dampak sosial. Yang paling jelas adalah ketika perilaku ini menjadi model perilaku ideal yang kemudian ditiru oleh anak-anak yang lain.

F. Mengatasi Perilaku Agresif

Menurut Surya (2004:49-51) ada beberapa langkah pendekatan yang dapat kita lakukan untuk mengantisipasi perilaku anak suka agresif, antara lain:

1. Jika melihat anak secara langsung bersikap agresif terhadap temannya, berusahalah untuk mencegahnya dengan tanpa menyinggung perasaan anak.
2. Kita harus memperlakukan anak dengan sabar, kita tidak boleh bersikap agresif menghadapi anak yang suka agresif.
3. Dengarkan suara hati anak.
4. Ajarkan pada anak cara bergaul dengan baik dan menyenangkan.

5. Kita bisa mendampingi dan mengawasi anak saat bermain bersama teman atau saudaranya.
6. Kita bisa membatasi jumlah teman bermain anak.
7. Ciptakan suasana kebersamaan dalam keluarga.
8. Dampingi anak ketika menonton Televisi.

Menurut Anantasari (2006:48) "cara mengatasi perilaku agresif adalah dengan memberi empati, dorong anak untuk mencurahkan perasaanya, tanggapi dengan bijak, jangan terlalu melindungi, tumbuhkan percaya diri dan kembangkan kemampuanya, lakukan pengamatan, dan diskusikan dengan guru".

1. Beri empati, dorong anak untuk mencurahkan perasaannya.
   Menjadi pendengar yang baik berarti mendengarkan secara aktif tidak hanya mendengarkan apa yang diucapkan, tetapi juga memperhatikan bahasa tubuhnya. Yang penting adalah usahakan untuk menunjukan empati dapat memahami perasaan atau situasi yang dihadapi anak. Dorong anak supaya mau mencurahkan isi hatinya. Yakinkan anak bahwa anda mendengar dan memahaminya dengan mengulang apa yang dikatakannya dan rumuskan kembali pernyataan anak.

2. Tanggapi secara bijak
   Tanggapan yang bijaksana, penuh empati, dan jauh dari kesan mengintrogasi, akan mendorong anak untuk lebih terbuka. Jangan menaggapi cerita secara emosional dan terburu-buru memberi komentar dan saran, apalagi kalau sampai memarahinya.

3. Jangan terlalu melindungi
   Ajarkan pada anak untuk mengatasi masalahnya sendiri. Sikap terlalu melindungi akan membuat terus bergantung dan kurang mengembangkan kemampuan untuk bersikap yang tepat bila menghadapi kejadian serupa. Berikan pertanyaan-pertanyaan yang membimbing dan alternatif tindakan yang dapat diambilnya, misalnya dengan mengatakan "menurutmu, sebenarnya kamu bisa berbuat apa?".

4. Tumbuhkan percaya diri dan kembangkan kemampuanya
   Anak yang sering menjadi korban agresifisitas biasanya kurang mempunyai kepercayaan diri. Ia merasa inferior dibandingkan dengan seorang agresor sehingga merasa tidak berdaya menghadapinya. Tunjukkan kepada anak bahwa masing-masing individu memiliki kelebihan dan kekurangan.

5. Lakukan pengamatan
   Amati setiap perkembangan yang terjadi, tidak perlu terlibat langsung tetapi perhatikan bagaimana anak berinteraksi dengan temannya. Sediakan diri menjadi teman untuk mengadu dan mendapatkan rasa aman untuk mendorongnya dan ajak anak untuk mengevaluasi keadaan dirinya.

6. Diskusikan dengan guru
   Ada baiknya dari permasalahan yang dihadapi anak dapat didiskusikan dengan guru atau wali kelasnya apabila kejadiannya disekolah. Mintalah bantuan guru untuk mengamati. *Wallhu A'lam*.

CAUTION IS THE MOTHER OF WISDOM
Hati-hati adalah pangkal kebijaksanaan

BAB 3
SIKAP DISIPLIN

A. Pengertian Sikap Disiplin

Menurut Howard Kendler sebagaimana dikutip Yusuf (2008:169) "Sikap merupakan kecenderungan (*tendency*) untuk mendekati (*approach*) atau menjauhi (*avoid*), atau melakukan sesuatu, baik secara positif maupun negatif terhadap suatu lembaga, peristiwa, gagasan, atau konsep". Sedangkan menurut Secord dan Backman sebagaimana dikutip Saifuddin (2011:05) "Sikap merupakan keteraturan tertentu dalam hal perasaan (afeksi) pemikiran (kognisi), dan predisposisi tindakan (konasi) seseorang terhadap suatu aspek di lingkungan sekitarnya". Hurlock (2005:82) menyatakan bahwa konsep populer dari disiplin adalah sama dengan *hukuman*, disiplin digunakan hanya bila individu melanggar peraturan dan perintah yang diberikan oleh pihak berwenang mengatur kehidupan bermasyarakat tempat individu tinggal, disiplin berasal dari kata *disciple*, yakni seorang yang belajar dari atau secara sukarela mengikkuti pemimpin, disiplin merupakan cara masyarakat mengajar anak berperikalu dengan moral yang disetujui oleh kolompok.

Unaradjan (2003:12) mengemukakan bahwa "Disiplin ialah upaya sadar dan bertanggung jawab dari seseorang untuk mengatur,

mengendalikan, dan mengontrol tingkah laku dan sikap hidupnya agar membuahkan hal-hal yang posirif baik bagi diri sendiri maupun orang lain. Disiplin pada hakekatnya adalah manifestasi kemantan pribadi". Disiplin adalah ketentuan-ketentuan yang mengatur kehidupan sehari-hari dan mengandung sanksi terhadap pelakunya.

Dari pengertian-pengertian di atas, maka dapat disimpulkan bahwa, disiplin merupakan suatu faktor yang harus dijadikan pedoman, atau pegangan dalam melakukan kegiatan, karena dengan berdisiplin diharapkan individu bisa bertanggung jawab terhadap apa saja yang dikerjakan dalam kegiatan tersebut. Disiplin merupakan suatu perubahan tingkah laku yang teratur dalam menjalankan tugas-tugasnya atau pekerjaannya, yang tidak melanggar sebuah aturan yang telah disepakati bersama, karena sikap disiplin itu muncul pada diri sendiri untuk berbuat sesuai dengan keinginan untuk mencapai tujuan.

B. Fungsi Sikap Disiplin

Sikap disiplin merupakan prasyarat pembentukan perilaku dan tata kehiduapan, yang dapat mengantarkan seorang individu kepada kesuksesan. Menurut Tulus (2004:38), disiplin mempunyai beberapa fungsi yaitu:

1. Menata Kehidupan Bersama

Sikap disiplin berguna untuk menyadarkan seseorang bahwa dirinya perlu menghargai orang lain dengan cara mentaati dan mematuhi peraturan yang berlaku, karena kepatuhan dan ketaatan tersebut akan membatasi untuk merugikan orang lain, menjadikan hubungan dengan sesama menjadi baik dan lancar.

2. Membangun Kepribadian

Pertumbuhan kepribadian seseorang biasanya dipengaruhi oleh faktor lingkungan keluarga, lingkungan pergaulan, lingkungan masyarakat, dan lingkungan sekolah. Sikap disiplin yang diterapkan di masing-masing lingkungan memberi dampak bagi pertumbuhan kepribadian yang baik, oleh karena itu, dengan sikap disiplin

seseorang membiasakan mengikuti, mematuhi, mentaati aturan-aturan yang berlaku.

3. Melatih Kepribadian

Latihan adalah belajar dan berbuat serta membiasakan dan melakukan sesuatu secara berulang-ulang, dengan cara itu orang menjadi biasa, terlatih, terampil, dan mampu melakukan sesuatu dengan baik, demikian juga dengan kepribadian yang tertib, teratur, taat, patuh perlu dibiasakan dan dilatih. Karena perilaku dan pola kehidupan berdisiplin tidak dapat terbentuk secara singkat, tapi melalui proses yang panjang dimana untuk membentuk kepribadian itu dapat dilakukan dengan latihan.

4. Paksaan

Sikap disiplin juga terjadi karena adanya paksaan dari luar, dikatakan terpaksa karena melakukannya bukan karena kesadaran sendiri melainkan karena rasa takut dan ancaman sanksi disiplin. Jadi sikap disiplin berfungsi sebagai pemaksaan kepada orang untuk mengikuti peraturan-peraturan yang berlaku dilingkungan itu.

5. Menciptakan Lingkungan Kondusif

Sikap disiplin di sekolah mendukung terlaksananya proses dan kegiatan pendidikan agar berjalan dengan lancar, hal itu dapat dicapai dengan merancang peraturan sekolah, serta peraturan-peraturan yang dianggap perlu kemudian diimplementasikan secara konsisten dan konsekwen, dengan demikian sekolah menjadi lingkungan pendidikan yang aman, tenang, tenteram, dan teratur, lingkungan ini adalah lingkungan yang kondusif bagi berlangsungnya kegiatan belajar mengajar di sekolah.

C. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Sikap Disiplin

Menurut Unaradjan (2003:27) faktor yang mempengaruhi terbentuknya sikap disiplin diri sebagai tingkah laku yang berpola dan teratur dipengaruhi dua faktor berikut, yakni:

1. Faktor-faktor Ekstern

Faktor ekstern yang dimaksud dalam hal ini adalah unsur-unsur yang berasal dari luar pibadi yang dibina. Faktor tersebut adalah:

a. Keadaan keluarga

Keluarga sebagai tempat pertama dan utama dalam pembinaan pribadi dan merupakan satu faktor yang sangat penting menentukan perkembangan pribadi seseorang di kemudian hari. Keluarga dapat menjadi faktor pendukung atau penghambat usaha pembinaan sikap disiplin. Keluarga yang baik adalah keluarga yang menghayati dan menerapkan norma-norma moral dan agama yang dianutnya. Dalam hal ini orang tua memegang peranan penting bagi perkembangan sikap disiplin diri anggota-anggota dalam keluarga.

b. Keadaan lingkungan sekolah

Pembinaan dan pendidikan disiplin di sekolah ditentukan oleh keadaan sekolah tersebut. Keadaan sekolah dalam hal ini adalah ada atau tidak adanya sarana-sarana yang diperlukan bagi kelancaran belajar mengajar di tempat tersebut. Termasuk dalam sarana tersebut antara lain seperti gedung sekolah dengan segala perlengkapannya, pendidik atau pengajar, serta sarana-sarana pendidikan lainnya.

c. Keadaan masyarakat

Masyarakat sebagai suatu lingkungan yang lebih luas dari pada keluarga dan sekolah, yang juga turut menentukan berhasil tidaknya pembinaan dan pendidikan disiplin diri. Suatu keadaan tertentu dalam masyarakat dapat menghambat atau mempelancar terbentuknya kualitas hidup tersebut.

2. Faktor-Faktor Intern

Faktor intern yaitu unsur-unsur yang berasal dari dalam diri individu, yang dalam hal ini keadaan fisik dan psikis pribadi tersebut mempengaruhi usaha pembentukan sikap disiplin dalam diri individu, faktor-faktor tersebut adalah:

a. Keadaan fisik

Individu yang sehat secara fisik atau biologis akan dapat menunaikan tugas-tugas yang ada dengan baik. Dengan penuh vitalitas dan ketenangan, ia mampu mengatur waktu untuk mengikuti berbagai acara atau aktivitas secara seimbang dan lancar. Dalam situasi semacam ini, kesadaran pribadi yang bersangkutan tidak akan terganggu, sehingga ia mentaati norma-norma atau peraturan yang ada secara bertanggung jawab.

b. Keadaan psikis

Keadaan fisik seseorang mempunyai kaitan erat dengan keadaan batin atau psikis seseorang tersebut. Karena hanya orang-orang yang normal atau secara psikis atau mental dapat menghayati norma-norma yang ada dalam masyarakat dan keluarga. Disamping itu, terdapat beberapa sifat atau sikap yang dapat menjadi penghalang usaha pembentukan sikap disiplin dalam diri individu. Seperti sifat perfeksionisme, perasaan sedih, perasaan rendah diri atau inferior.

D. Struktur dan Indikator Sikap Disiplin

Sikap disiplin diharapkan mampu mendidik anak agar dapat berperilaku sesuai dengan strandar kelompoknya. Menurut Hurlock (2005:84), ada empat struktur sikap yaitu:

1. Peraturan, yaitu digunakan untuk membekali anak dengan pedoman perilaku yang disetujui dalam situasi tertentu.
2. Hukuman, berfungsi untuk menghalangi pengulangan tindakan yang tidak diinginkan, mendidik, memberi motivasi untuk menghindari perilaku yang tidak diterima.
3. Penghargaan, yaitu mempunyai nilai mendidik motivasi untuk mengulangi perilaku yang disetujui, memperkuat perilaku yang disetujui.
4. Konsistensi, berarti tingkat keseragaman atau stabilitas yang mempunyai nilai mendidik motivasi, mempertinggi penghargaan terhadap peraturan dan orang yang berkuasa.

Indikasi sikap disiplin adalah suatu syarat yang harus dipenuhi seseorang untuk dapat dikategorikan mempunyai sikap disiplin. Menurut Itsna (2006:16) indikasi tersebut antara lain adalah:

1. Ketaatan terhadap Peraturan

Peraturan merupakan suatu pola yang ditetapkan untuk tingkah laku, pola tersebut dapat ditetapkan oleh orang tua, guru atau teman bermain. Tujuannya adalah untuk membekali akan dengan pedoman perilaku yang disetujui dalam situasi tertentu.

2. Keperdulian terhadap Lingkungan

Penbinaan dan pendidikan disiplin ditentukan oleh keadaan lingkungan d imana ia tingggal, yakni rumah, masyarakat dan sekolah. Di lingkungan tersebut terdapat norma-norma yang harus ditaati dan dibutuhkan keperdulian dari masing-masing individu untuk mentaati norma tersebut agar tercipta suasana yang kondusif.

3. Partisipasi di Lingkungan Sehari-hari

Perilaku disiplin bisa berupa perilaku yang ditunjukkan seseorang dalam keterlibatannya di dalam lingkungannya sehari-hari, di rumah, di sekolah, dan di lingkungan masyarakat. Dimana individu memiliki tanggung jawab dalam setiap kegiatan yang berlangsung di lingkungannya, datang dalam setiap kegiatan, tidak pernah terlambat, mengerjakan tugas tepat waktu, tidak membuat suasana gaduh.

4. Kepatuhan Menjauhi Larangan

Pada sebuah peraturan juga terdapat larangan-larangan yang harus dipatuhi. Dalam hal ini larangan yang ditetapkan bertujuan untuk membantu mengekang perilaku yang tidak diinginkan.

Sedangkan menurut Hasibuan (2000:194), indikator-indikator sikap disiplin meliputi:

1. Keadilan

Keadilan yang menjadi landasan pemberian hadiah dan hukuman akan merangsang terciptanya sikap kedisplinan karena sudah menjadi sifat manusia ingin diperlakukan setara dan merasa dirinya penting.

2. Ketegasan

Ketegasan pemimpin dalam melakukan tindakan akan mempengaruhi sikap kedisiplinan. Pimpinan harus berani dan tegas dalam memutuskan setiap persoalan dan dalam memberikan hukuman pada setiap tindakan indisipliner. Apabila pemimpin kurang tegas dalam memberikan hukuman, maka boleh jadi akan semakin banyak terjadi pelanggaran karena bawahan menganggap bahwa peraturan sudak tidak berlaku lagi.

3. Hubungan kemanusiaan

Hubungan kemanusiaan yang harmonis dalam suatu organisasi ikut menciptakan sikap kedisplinan yang baik. Terciptanya hubungan yang baik juga akan menjadikan lingkungan dan suasana kerja yang nyaman pula.

4. Tujuan dan kemampuan

Tujuan pendisiplinan antara lain memperbaiki perilaku pelanggaran standar, dan mencegah orang lain melakukan tindakan serupa. Agar siswa memiliki ketekunan dalam melakukan sesuatu hal dalam mencapai tujuannya dengan mendisiplinkan kemampuannya.

5. Waskat (pengawasan melekat)

Waskat adalah tindakan nyata yang efektif dalam mewujudkan kedisplinan. Dengan waskat, individu dapat mengawasi dan mengontrol perilaku tindakan, moral. Individu akan merasa diperhatikan, mendapat bimbingan, pengarahan dan pengawasan.

E. Upaya Penanaman Sikap Disiplin

Dalam pelaksanaan pembiasaan sikap disiplin, maka dapat dilakukan dengan upaya:

1. Dengan Pembiasaan; anak dibiasakan melakukan sesuatu dengan baik, tertib dan teratur.
2. Dengan Contoh dan Teladan; dengan tauladan yang baik atau uswatun hasanah, karena anak akan mengikuti apa yang mereka lihat pada orang tua atau guru sebagai panutan.

3. Dengan penyadaran; kewajiban bagi para orang tua untuk memberikan penjelasan-pendjelasan, alasan-alasan yang masuk akal atau dapat diterima oleh anak. sehingga dengan demikian timbul kesadaran anak tentang adanya perintah-perintah yang harus dikerjakan dan larangan-larang yang harus ditinggalkan.
4. Dengan Pengawasan atau Kontrol; bahwa kepatuhan anak atau taat dan tertib, dimana hal tersebut disebabkan oleh adanya situasi tertentu yang mempengaruhi terhadap anak. Adanya anak yang tidak mematuhi peraturan maka perlu adanya pengawan atau kontrol yang intensif terhadap situasi yang tidak diinginkan akibat akan menginginkan tercapainya suatu tujuan.

Menurut Hurlock (2005:93), upaya-upaya penanaman disiplin bisa ditanamkan berdasarkan konsepsi-konsepsi antara lain:

1. Otoriter
   Otoriter adalah peraturan dan pengaturan yang keras untuk memaksakan perilaku yang diinginkan.
2. Permisif
   Biasanya permisif tidak membimbing anak pada pola perilaku yang disetujui secara sosial dan tidak menggunakan hukuman. Beberapa orang tua dan guru menganggap kebebasan (*permissiveness*) sama dengan membiarkan anak meraba-raba dalam situasi yang terlalu sulit untuk ditanggulangi oleh mereka sindiri tanpa bimbingan dan pengadilan.
3. Demokratis
   Metode demokratis menggunakan penjelasan, diskusi dan penalaran untuk membantu anak mengerti mengapa perilaku tertentu diharapkan. Metode ini lebih menekankan aspek edukatif dari disiplin dan pada aspek hukum.

Adanya peranan disiplin dalam kehidupan sehari-hari memang sangat penting bagi perkembangan sumber daya manusia. Oleh karena itu penanaman disiplin harus benar-benar dilaksanakan dengan baik. Dalam penerapan dan penanaman sikap disiplin harus disesuaikan dengan perkembangan jiwa anak atau pelaku sikap disiplin. *Wallahu A'lam*.

BAB 4
KONSEP DIRI

A. Pengertian Konsep Diri

Konsep diri adalah pandangan individu mengenai siapa diri individu, dan itu bisa diperoleh lewat informasi yang diberikan lewat informasi yang diberikan orang lain pada diri individu (Mulyana, 2000:7). Menurut Burns (2003:vi) konsep diri adalah "suatu gambaran campuran dari apa yang kita pikirkan orang-orang lain berpendapat, mengenai diri kita, dan seperti apa diri kita yang kita inginkan". Sedangkan William D. Brooks memberikan definisi bahwa konsep diri adalah pandangan dan perasaan kita tentang diri kita (Rakhmat, 2005:105). Adapun Hurlock (2000:58) memberikan pengertian tentang konsep diri sebagai gambaran yang dimiliki orang tentang dirinya. Konsep diri ini merupakan gabungan dari keyakinan yang dimiliki individu tentang mereka sendiri yang meliputi karakteristik fisik, psikologis, sosial, emosional, aspirasi dan prestasi.

Dari beberapa pendapat dari para ahli di atas maka dapat disimpulkan bahwa konsep diri adalah cara pandang secara menyeluruh tentang dirinya, yang meliputi kemampuan yang dimiliki, perasaan yang dialami, kondisi fisik dirinya maupun lingkungan terdekatnya. Konsep diri merupakan penentu sikap individu dalam bertingkah laku, artinya apabila individu cenderung berpikir akan

berhasil, maka hal ini merupakan kekuatan atau dorongan yang akan membuat individu menuju kesuksesan. Sebaliknya jika individu berpikir akan gagal, maka hal ini sama saja mempersiapkan kegagalan bagi dirinya.

Dalam kehidupan sehari-hari secara tidak langsung individu telah menilai dirinya sendiri. Penilaian terhadap diri sendiri itu meliputi watak dirinya, orang lain dapat menghargai dirinya atau tidak, dirinya termasuk orang yang berpenampilan menarik, cantik atau tidak.

B. Jenis-jenis Konsep Diri

Menurut William D.Brooks (dalam Rahkmat, 2005:105) bahwa dalam menilai dirinya seseorang ada yang menilai positif dan ada yang menilai negatif. Tanda-tanda individu yang memiliki konsep diri yang positif adalah:

1. Ia yakin akan kemampuan dalam mengatasi masalah.
   Orang ini mempunyai rasa percaya diri sehingga merasa mampu dan yakin untuk mengatasi masalah yang dihadapi, tidak lari dari masalah, dan percaya bahwa setiap masalah pasti ada jalan keluarnya.

2. Ia merasa setara dengan orang lain.
   Ia selalu merendah diri, tidak sombong, mencela atau meremehkan siapapun, selalu menghargai orang lain.

3. Ia menerima pujian tanpa rasa malu.
   Ia menerima pujian tanpa rasa malu tanpa menghilangkan rasa merendah diri, jadi meskipun ia menerima pujian ia tidak membanggakan dirinya apalagi meremehkan orang lain.

4. Ia menyadari bahwa setiap orang mempunyai berbagai perasaan dan keinginan serta perilaku yang tidak seharusnya disetujui oleh masyarakat.

Ia peka terhadap perasaan orang lain sehingga akan menghargai perasaan orang lain meskipun kadang tidak disetujui oleh masyarakat.

5. Ia mampu memperbaiki karena ia sanggup mengungkapkan aspek-aspek kepribadian tidak disenangi dan berusaha mengubahnya.
   Ia mampu untuk mengintrospeksi dirinya sendiri sebelum menginstrospeksi orang lain, dan mampu untuk mengubahnya menjadi lebih baik agar diterima di lingkungannya.

Sedangkan tanda-tanda individu yang memiliki konsep diri negatif adalah:

1. Ia peka terhadap kritik.
   Orang ini sangat tidak tahan kritik yang diterimanya dan mudah marah atau naik pitam, hal ini berarti dilihat dari faktor yang mempengaruhi dari individu tersebut belum dapat mengendalikan emosinya, sehingga kritikan dianggap sebagi hal yang salah. Bagi orang seperti ini koreksi sering dipersepsi sebagai usaha untuk menjatuhkan harga dirinya. Dalam berkomunikasi orang yang memiliki konsep diri negatif cenderung menghindari dialog yang terbuka, dan bersikeras mempertahankan pendapatnya dengan berbagai logika yang keliru.

2. Ia responsif sekali terhadap pujian.
   Walaupun ia mungkin berpura-pura menghindari pujian, ia tidak dapat menyembunyikan antusiasmenya pada waktu menerima pujian. Buat orang seperti ini, segala macam embel-embel yang menjunjung harga dirinya menjadi pusat perhatian. Bersamaan dengan kesenangannya terhadap pujian, merekapun hiperkritis terhadap orang lain.

3. Ia cenderung bersikap hiperkritis.
   Ia selalu mengeluh, mencela atau meremehkan apapun dan siapapun. Mereka tidak pandai dan tidak sanggup

mengungkapkan penghargaan atau pengakuan pada kelebihan orang lain.

4. Ia cenderung merasa tidak disenangi oleh orang lain.
   Ia merasa tidak diperhatikan, karena itulah ia bereaksi pada orang lain sebagai musuh, sehingga tidak dapat melahirkan kehangatan dan keakraban persahabatan, berarti individu tersebut merasa rendah diri atau bahkan berperilaku yang tidak disenangi, misalkan membenci, mencela atau bahkan yang melibatkan fisik yaitu mengajak berkelahi (bermusuhan).

5. Ia bersikap pesimis terhadap kompetisi.
   Hal ini terungkap dalam keengganannya untuk bersaing dengan orang lain dalam membuat prestasi. Ia akan menganggap tidak akan berdaya melawan persaingan yang merugikan dirinya.

Dengan melihat uraian di atas maka dapat disimpulkan bahwa karakteristik konsep diri dapat dibedakan menjadi dua yaitu konsep diri positif dan konsep diri negatif, yang mana keduanya memiliki ciri-ciri yang sangat berbeda. Individu yang memiliki konsep diri positif dalam segala sesuatunya akan menanggapinya secara positif, dapat memahami dan menerima sejumlah fakta yang sangat bermacam-macam tentang dirinya sendiri. Ia akan percaya diri, akan bersikap yakin dalam bertindak dan berperilaku. Sedangkan individu yang memiliki konsep diri negatif akan menanggapi segala sesuatu dengan pandangan negatif pula, dia akan mengubah terus menerus konsep dirinya atau melindungi konsep dirinya itu secara kokoh dengan cara mengubah atau menolak informasi baru dari lingkungannya.

C. Isi Konsep Diri

Menurut Jersild sebagaimana dikutib Burns (2003:209-210) mendiskripsikan isi dari konsep diri adalah :

1. **Karakteristik fisik**

Karakteristik yang merupakan suatu ciri atau hal yang membedakan dari individu dengan individu yang lain yaitu, yang mencakup penampilan secara umum, ukuran tubuh dan berat tubuh, dan detail-detail dari kepala dan tungkai lengan. Karakteristik fisik dapat menyebabkan adanya pandangan yang berbeda tiap individu satu dengan individu yang lain tentang dirinya sendiri, contohnya kalau seorang bintang film yang cantik pasti akan dijadikan idola.

2. Penampilan

Penampilan ini mencakup cara berpakaian, model rambut dan make-up, dengan keadaan seperti ini, individu dimungkinkan percaya diri atau tidak.

3. Kesehatan dan kondisi fisik

Kesehatan dan kondisi fisik sangat diperlukan bagi setiap individu dalam menjalani hidup ini, terutama dalam mencapai karier. Individu yang mempunyai kesehatan dan kondisi fisik yang tidak baik akan mengakibatkan gangguan kenormalan yang berakibat individu itu merasa tidak aman atau kurang percaya diri, yang berakibat menimbulkan penilaian terhadap dirinya sendiri menjadi negatif, individu yang memiliki kesehatan dan kondisi fisik yang baik akan percaya diri bila dibandingkan dengan yang memiliki kesehatan dan kondisi fisik yang tidak baik atau lemah.

4. Rumah dan hubungan keluarga

Di dalam rumah, hubungan keluarga akan tercipta suasana dan kondisi yang menyenangkan atau tidak, ini dapat dijadikan sebagai suatu informasi, pengalaman, yang dijadikan pegangan hidup individu untuk berinteraksi, untuk itu rumah dan hubungan keluarga yang terjalin dengan baik akan membuat individu senang dan bahagia dengan rumah dan hubungan keluarga yang dimilikinya, tetapi seorang individu yang rumah dan hubungan keluarganya yang tidak terjalin dengan baik, misalnya kedua orang tuanya sering bertengkar, bercerai atau *broken home* ini akan menyebabkan individu memiliki pandangan negatif tentang keluarganya.

5. Hobi dan permainan

Hobi dan permainan sangat berhubungan, karena dari percobaan setiap permainan akan muncul pengembangan hobi. Individu yang memiliki hobi dan permainan yang dapat dikembangkan secara baik akan terarah dan adanya dukungan dari diri, keluarga dan lingkungan dekatnya, individu akan termotivasi untuk mengembangkannya dan tentunya individu itu akan dipandang lingkungan sekitarnya.

6. Sekolah dan pekerjaan sekolah

Dalam sekolah ada tugas-tugas yang diberikan individu. Individu yang mengerjakan tugasnya sebelum batas waktu pengumpulan, disinilah terlihat bagaimana kemampuan dan sikap individu terhadap sekolah apakah ia merasa mampu dan berprestasi di dalam mengerjakan tugas-tugas sekolah.

7. Kecerdasan

Kecerdasan ini ada yang tinggi dan ada yang rendah, dari kecerdasan ini cara berfikir atau daya tangkap individu berbeda, sehingga pandangan dirinya sendiri tentunya juga berbeda-beda, misalnya anak yang memiliki kecerdasan yang baik/tinggi akan dipuji oleh guru, orang tua dan temannya yang kemudian individu itu akan percaya diri saat mengerjakan tugas atau mengikuti tes.

8. Bakat dan minat

Seseorang yang memiliki bakat dan minat yang terlatih atau disalurkan akan mengakibatkan individu itu mempunyai keinginan untuk maju dan berkembang dan biasanya timbul perasaan percaya diri bahwa dirinya memiliki suatu kelebihan berbeda dengan individu yang bakat dan minatnya yang tidak jelas atau asal-asalan, sehingga ini dapat menyebabkan individu putus asa atau tidak percaya diri.

9. Ciri kepribadian

Ciri kepribadian ini akan mempengaruhi individu dalam bertindak atau dalam berfikir, misalnya seseorang individu yang selalu mengatur, dalam segi kegiatan individu itu akan selalu mengatur atau berpandangan kalau dia berhak mengaturnya.

10. Sikap dan hubungan sosial

Sikap dan hubungan sosial yang dilakukan oleh individu akan berpengaruh terhadap orang-orang yang berada disekitarnya, pergaulan dengan teman sebaya. Seorang individu yang *ekstrovet* cenderung akan senang dengan keadaan ramai dan akan mudah dalam mencari teman atau memulai pembicaraan, hal ini dapat membuat individu itu semakin bertambah wawasan, informasi, pengalaman dan pengetahuan. Sedangkan pada individu yang *introvert* akan cenderung menutup diri, dan berusaha menjauh dari teman-temannya dengan berpikiran dirinya mempunyai banyak kelemahan.

11. Religius

Manusia hidup tidak dapat terlepas dari hubungan dengan Tuhan Yang Maha Esa, karena tanpa bantuan dan karunia-Nya, kita tidak bisa hidup. Seseorang yang memiliki segi religius positif akan menjalankan perintah-perintah-Nya dan meninggalkan larangan-larangan-Nya, untuk itu religius yang positif ini akan mempengaruhi cara berpikir dan bertingkah laku atau bertindak yang mengarah kepada penilaian diri yang percaya diri dan positif.

D. Peranan Konsep Diri

Rogers (dalam Burns, 2003:353) menyatakan bahwa konsep diri memainkan peranan yang sentral dalam tingkah laku manusia, dan bahwa semakin besar kesesuaian di antara konsep diri dan realitas semakin berkurang ketidakmampuan diri orang yang bersangkutan dan juga semakin berkurang perasaan tidak puasnya. Hal ini karena cara individu memandang dirinya akan tampak dari seluruh perilakunya. Konsep diri berperan dalam mempertahankan keselarasan batin, penafsiran pengalaman dan menentukan harapan individu. Konsep diri mempunyai peranan dalam mempertahankan keselarasan batin karena apabila timbul perasaan atau persepsi yang tidak seimbang atau saling bertentangan, maka akan terjadi situasi psikologis yang tidak menyenangkan. Untuk menghilangkan ketidakselarasan tersebut, ia akan mengubah perilakunya sampai dirinya merasakan adanya keseimbangan kembali dan situasinya menjadi menyenangkan lagi.

Hurlock (2000:238) mengemukakan, konsep diri merupakan inti dari pola perkembangan kepribadian seseorang yang akan mempengaruhi berbagai bentuk sifat. Jika konsep diri positif, anak akan mengembangkan sifat-sifat seperti kepercayaan diri, harga diri dan kemampuan untuk melihat dirinya secara realitas, sehingga akan menumbuhkan penyesuaian sosial yang baik. Sebaliknya apabila konsep diri negatif, anak akan mengembangkan perasaan tidak mampu dan rendah diri. Mereka merasa ragu dan kurang percaya diri, sehingga menumbuhkan penyesuaian pribadi dan sosial yang buruk.

Menurut Rakhmat (2005:104) konsep diri merupakan faktor yang sangat menentukan dalam komunikasi interpersonal, karena setiap orang bertingkah laku sedapat mungkin sesuai dengan konsep dirinya. Misalnya bila seorang individu berpikir bahwa dia bodoh, individu tersebut akan benar-benar menjadi bodoh. Sebaliknya apabila individu tersebut merasa bahwa dia memiliki kemampuan untuk mengatasi persoalan, maka persoalan apapun yang dihadapinya pada akhirnya dapat diatasi. Ini karena individu tersebut berusaha hidup sesuai dengan label yang diletakkan pada dirinya. Dengan kata lain sukses komunikasi interpersonal banyak bergantung pada kualitas konsep diri seseorang, positif atau negatif.

E. Pembentukan dan Pengembangan Konsep Diri

Konsep diri dihasilkan dari interaksi dua faktor yaitu diri individu itu sendiri dan lingkungan. Konsep diri yang dimiliki individu dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor dari lingkungan individu, karena konsep diri bukan merupakan faktor yang dibawa sejak lahir, melainkan faktor yang dipelajari dan terbentuk dari beribu-ribu pengalaman yang berbeda-beda dan sedikit demi sedikit menjadi satu. Setiap orang dilahirkan tanpa konsep diri. Konsep diri berakar pada pengalaman masa kanak-kanak dan berkembang akibat dari interaksinya dengan orang lain.

Melalui pengalaman interaksi dengan orang lain dan cara orang lain memperlakukan individu tersebut akan menangkap pantulan

tentang dirinya dan akhirnya membentuk gagasan dalam dirinya seperti apakah dirinya sebagai pribadi. Pendek kata, konsep diri individu itu dipengaruhi oleh keadaan lingkungannya.

Hurlock (2000:132) mengatakan, bahwa konsep diri anak terbentuk pada awal masa kanak-kanak di dalam hubungannya dengan keluarga, yaitu orang tua, saudara-saudara kandung, dan sanak saudara lain yang merupakan dunia sosial bagi anak-anak. Menjelang berakhirnya masa kanak-kanak, anak mulai membentuk konsep diri yang ideal. Pada mulanya konsep diri ideal ini mengikuti pola yang digariskan oleh orang tuanya, guru dan orang lain di sekitar kemudian meluas pada tokoh-tokoh yang dibaca atau didengar.

Keluarga mempunyai peranan yang penting dan paling dini dalam pembentukan konsep diri, karena terdapat banyak kondisi dalam keluarga yang ikut membentuk konsep diri pada anak, yaitu cara orang tua dalam mendidik anak, cita-cita orang tua terhadap anaknya, posisi urutan anak dalam urutan dalam keluarga, identitas kelompok dan ketidaknyamanan lingkungan.

Centi (2003:16-23) menyebutkan faktor-faktor yang mempengaruhi pembentukan konsep diri adalah :

1. **Orang Tua**

Dalam hal ini informasi atau cerminan tentang diri kita, orang tua kita memegang peranan paling istimewa. Penilaian yang orang tua kenakan kepada kita untuk sebagian besar menjadi penilaian yang kita pegang tentang diri kita. Sebutan orang tua yang diberikan pada anaknya seperti "pemalas", "bodoh" akan selalu menghantui perjalanan individu dan individu akan meragukan keberadaan dirinya.

2. **Saudara Sekandung**

Hubungan dengan saudara sekandung juga penting dalam pembentukan konsep diri. Anak sulung yang diperlakukan seperti seorang pemimpin oleh adik-adiknya dan mendapat banyak kesempatan berperan sebagai penasihat mereka, mendapat banyak keuntungan besar dari kedudukannya dalam hal pengembangan

konsep diri yang sehat. Sedang anak bungsu yang pada umumnya dianggap seperti anak kecil terus menerus akan mengakibatkan kepercayaan dan harga dirinya lemah.

3. Sekolah

Tokoh utama di sekolah adalah guru, seorang guru yang sikap dan pribadinya baik membawa dampak besar bagi penanaman gagasan dalam pikiran siswa tentang diri mereka. Untuk kebanyakan siswa, guru merupakan model. Selain itu siswa yang sering mendapatkan prestasi dalam bidang akademik maupun bidang lain, tentu akan memperoleh pujian dan pengahargaan dari banyak pihak di sekolah mulai dari teman, guru, bahkan kepala sekolah. Bagi mereka pujian dan pengahargaan dapat menumbuhkan konsep diri positif karena ada pengakuan dari orang lain yang menerima keberadaan dirinya. Seangkan siswa yang bermasalah akan sering dihukum cenderung memiliki konsep diri negatif.

4. Teman sebaya

Hidup kita tidak terbatas dalam lingkungan keluarga saja, kita juga punya teman. Teman sebaya merupakan urutan kedua setelah orang tua. Setelah mendapatkan pengakuan dari orang tua individu juga membutuhkan pengakuan dari orang lain yaitu teman sebaya. Peranan individu dalam kelompok sebagai “pemimpin kelompok” atau sebaliknya “pengacau kelompok” akan membuat individu memiliki pandangan terhadap dirinya sendiri. Dalam pergaulan dengan teman-teman itu, apakah kita disenangi, dikagumi, dan dihormati atau tidak, ikut menentukan dalam pembentukan konsep diri kita.

5. Masyarakat

Sebagai anggota masyarakat sejak kecil kita sudah dituntut untuk bertindak menurut cara dan patokan tertentu yang berlaku pada masyarakat kita. Penilaian masyarakat terhadap diri individu akan membentuk konsep diri individu. Penilaian masyarakat yang terlanjur menilai buruk terhadap individu akan membuat individu kesulitan memperoleh melalui gambaran diri yang baik.

6. Pengalaman

Banyak pandangan tentang diri dipengaruhi juga oleh pengalaman keberhasilan dan kegagalan. Konsep diri adalah hasil belajar, dan pengalaman. Pengalaman individu yang mengalami keberhasilan studi, bergaul, berolah raga akan mudah mengembangkan harga diri individu. Sedangkan pengalaman kegagalan akan merugikan perkembangan harga diri individu.

Konsep diri merupakan produk sosial, maka Sullivan (Rakhmat, 2005:101) menjelaskan bahwa individu mengenal dirinya dengan mengenal orang lain lebih dahulu. Dalam hal ini penilaian orang lain terhadap individu tersebut akan membentuk konsep dirinya sesuai dengan penilaian itu. Misalnya jika individu itu diterima orang lain, dihormati, dan disenangi karena keadaan dirinya, dia akan cenderung bersikap menghormati dan menerima dirinya. Sebaliknya, bila orang lain selalu meremehkan, menyalahkan, dan menolaknya, individu akan cenderung tidak menyenangi dirinya. Dengan kata lain individu akan termotivasi untuk berperilaku sesuai dengan pandangan orang lain terhadap dirinya. Pandangan individu tentang keseluruhan pandangan orang lain terhadap dirinya disebut *generalized other* atau *role talking* dan berperan penting dalam pembentukan konsep diri seseorang.

Informasi, pengharapan dan pengertian yang membentuk konsep diri terutama berasal dari interaksi dengan orang lain. Orang tua merupakan orang lain yang paling awal dalam membentuk konsep diri. Selanjutnya yang mempengaruhi konsep diri adalah teman sebaya dan akhirnya menyumbangkan konsep diri adalah masyarakat. Dengan kata lain konsep diri terbentuk karena umpan balik dari masyarakat.

Perkembangan konsep diri terpacu cepat dengan perkembangan bicara. Tahap selanjutnya adalah pada masa anak yang mana keluarga mempunyai peran yang penting dalam membantu perkembangan konsep diri terutama pada pengalaman-pengalaman pada masa kanak-kanak. Suasana keluarga yang saling menghargai dan mempunyai pandangan yang positif akan mendorong kreatifitas anak, menghasilkan perasaan yang positif dan berarti.

Hurlock (2000:235), mengemukakan bahwa konsep diri biasanya bertambah stabil pada masa remaja. Hal ini memberi perasaan kesinambungan dan memungkinkan remaja memandang diri sendiri dengan cara yang konsisten, tidak memandang diri hari ini berbeda dengan hari lain, sehingga dapat meningkatkan harga diri dan memperkecil perasaan tidak mampu. Hurlock (2000:172) juga berpendapat bahwa konsep diri selalu menuju ke pembentukan konsep diri yang ideal. Konsep diri yang ideal pertama-tama ditentukan oleh orang-orang di sekitar sesuai dengan tingkat perkembangan diri individu. Dengan demikian faktor yang mempengaruhi konsep diri dapat dipisahkan melalui tingkat perkembangan masing-masing individu. Faktor-faktor yang mempengaruhi konsep diri pada masa balita akan berbeda dengan faktor yang mempengaruhi konsep diri pada masa kanak-kanak. Demikian pula pada saat individu dalam masa remaja. Masa remaja merupakan masa yang potensial untuk mengembangkan konsep diri, sebab masa remaja adalah masa yang penuh dengan tekanan yang memungkinkan individu menemukan identitas dirinya.

Berdasarkan berbagai pendapat para ahli di atas tentang faktor-faktor yang mempengaruhi konsep diri, secara jelas dapat dikatakan bahwa konsep diri seseorang bukanlah diwariskan atau ditentukan secara biologis, bukan merupakan bawaan sejak lahir tetapi terbentuk dan berkembang hasil proses belajar melalui interaksi dengan orang lain. Konsep diri pertama kali dibentuk hasil dari individu dengan lingkungan keluarga terutama orang tua seperti sebutan orang tua yang diberikan pada anaknya seperti "pemalas", "bodoh" akan selalu menghantui perjalanan individu, saudara kandung seperti perlakuan orang tua kepada anak sulung dan anak bungsu, seterusnya teman sebaya antara lain apakah kita disenangi, dikagumi, dan dihormati atau tidak oleh teman kita, selanjutnya sekolah misalkan seorang guru yang menjadi model bagi para muridnya, masyarakat seperti penilaian masyarakat yang terlanjur menilai buruk kepada individu dan yang terakhir pengalaman-pengalaman pribadi seperti kegagalan, depresi dan kritik internal. *Wallahu A'lam*.

BAB 5
KENAKALAN SISWA

A. Pengertian Kenakalan Siswa

Tak dapat dipungkiri bahwa dalam proses pembelajaran di sekolah terdapat banyak perbedaan individual siswa dengan segala karakteristiknya. Ada anak yang berdisiplin tinggi, ada anak yang rajin, dan cerdas, dan sebaliknya ada pula anak yang kurang berdisiplin, malas dan lambat dalam menerima pelajaran. Bagi siswa yang memilki kecendrungan kurang berdisiplin atau memiliki perilaku menyimpang dapat menjurus kepada perilaku nakal.

Darajat (2006:112) mengartikan kenakalan anak adalah "Kelakuan dan kebiasaan tertentu yang dipandang sebagai kelakuan yang digolongkan kepada kenakalan, misalnya: mencuri,merampok, menodong, membunuh, melanggar kehormatan dan sebagainya. Kartono (2002:7) mengemukakan kenakalan anak-anak merupakan gejala sakit (psikologis) secara sosial pada anak-anak yang disebabkan oleh satu bentuk pengabdian sosial, sehingga mereka mengembangkan bentuk tingkah laku yang menyimpang.

Berdasar dua pendapat diatas dapat dikatakan bahwa kenakalan anak merupakan suatu perilaku atau perbuatan yang melanggar nilai-

nilai, norma-norma sosial maupun suatu perilaku atau perbuatan dalam masyarakat secara bersama-sama sehingga mengganggu kepentingan dan ketenangan orang lain dan kadang-kadang dapat membawa kehancuran bagi dirinya sendiri.

B. Bentuk-bentuk Kenakalan Anak

Bentuk-bentuk kenakalan anak banyak macamnya. Gunarsa (2005:22) merincinya sebagai berikut :

1. Kenakalan yang menyangkut moral meliputi :

   a. Pergi tanpa ijin orang tua.
   b. Menentang orang tua
   c. Menodai nama baik keluarga
   d. Menentang tata krama/sopan santun
   e. Pembohong, memutar balikan kenyataan dengan tujuan menipu
   f. Membolos, pergi meninggalkan sekolah tanpa ijin
   g. Keluyuran pergi sendiri maupun kelompok tanpa tujuan.

2. Kenakalan yang menyangkut sosial ekonomi meliputi :

   a. Merokok diruang kelas
   b. Berkelahi dengan teman
   c. Bermaindengan segala macam bentuk perjudian.
   d. Melakukan pelanggaran tata tertib.
   e. Melakukan pesta musik disertai minuman keras.
   f. Melakukan pencurian di toko.

Sementara itu jansen (dalam Kartono,2005:4) kenakalan anak dapat diklasifikasikan menjadi empat jenis, yaitu:

a. Kenakalan yang menimbulkan korban fisik orang lain seperti perkelahian antara pelajar atau geng.

b. Kenakalan yang menimbulkan korban materi seperti pencurian, pengrusakan, pemerasan atau pengompasan antar teman.
c. Kenakalan sosial yang tidak menimbulkan korban dipihak lain seperti penyalahgunaan obat, merokok didalam kelas, mabuk-mabukan, minum pil koplo dan sebagainya.
d. Kenakalan yang melawan status seperti pergi dari rumah tanpa pamit, menentang perintah orang tua, membolos sekolah dan sebagainya.

C. Ciri-ciri Kenakalan Anak

Kartono (2006:20) mengemukakan beberapa ciri kenakalan anak sebagai berikut:

1. Kebanyakan dari mereka terganggu secara emosional.
2. Mereka kurang tersosialisasi dalam masyarakat normal, sehingga tidak mampu mengenal norma-norma kesusilaan dan tidak bertanggung jawab secara sosial.
3. Mereka senang menceburkan diri dalam kegiatan tanpa pikir.
4. Pada umunya mereka sangat implusif, dan suka melakukan tindakan-tindakan yang menyerempet bahaya.
5. Mereka kurang memiliki disiplin dan kontrol diri.
6. Hati nurani kurang atau tidak lancar fungsinya.

Di antara anak nakal memperlihatkan sikap atau gejala berbeda satu sama lain. Menurut laporan hasil penelitian yang dikutip Simanjuntak (2002:45) menyebutkan gejala yang serius dari kenakalan anak yang paling banyak dicatat anatara lain:

1. Membolos yang sudah menjadi kebiasaan.
2. Pergaulan pada masa lalu yang buruk.
3. Jiwa bandel dan kasar, serta keras kepala dan sukar untuk menerima perkataan atau nasehat orang lain.
4. Berbuat kasar dan suka mencabulakn diri baik dalam perkataan maupun perbuatan.

5. Kebiasaan mencari keributan, mengunjungi tempat yang tidak sehat dan tidak wajar bagi anak.
6. Berbuat cabul dan paling sedikit suka menyimpan dan membaca buku-buku atau gambar porno atau film-film yang bercorak pornografis.

Gunarsa (2005:19) mengemukakan ciri-ciri pokok dari kenakaln anak antara lain sebagai berikut:

1. Dalam pengertian kenakalan, harus terlihat adanya perbuatan atau tingkah laku yang bersifat pelanggaran hukum yang berlaku dan pelanggaran nilai-nilai moral.
2. Kenakalan tersebut mempunyai tuuan asusila yakni dengan perbuatan atau tingkah laku tersebut ia bertentangan dengan nilai atau norma sosial yang ada di lingkungan hidupnya.
3. Kenakalan anak merupakan kenakalan yang dilakukan oleh mereka yang berumur antara 10-14 tahun dan belum dewasa.
4. Kenakalan anak dapat dilakukan oleh seorang anak saja, atau dapat juga dilakukan bersama-sama dalam suatu kelompok anak.

D. Faktor yang Mempengaruhi Kenakalan siswa

Faktor-faktor yang mempengaruhi kenakalan siswa menurut Goleman (2000:512) adalah :

1. Lingkungan keluarga
   Keluarga merupakan tempat pendidikan pertama dalam mempelajari emosi, dan orang tua lah yang sangat berperan. Anak mengidentifikasi perilaku orang tua kemudian diinternalisasikan, akhirnya menjadi bagian dalam kepribadian anak. Kehidupan emosi yang dibangun di dalam keluarga sangat berguna bagi anak kelak, bagaimana anak dapat cerdas secara emosional.

2. Lingkungan Non Keluarga

Lingkungan yang dimaksud dalam hal ini adalah lingkungan masyarakat dan lingkungan pendidikan yang dianggap bertanggung jawab terhadap perkembangan kenakalan siswa. Pergaulan dengan teman sebaya, guru, dan masyarakat lain.

3. Otak
   Otak adalah organ yang penting dalam tubuh manusia, otaklah yang mempengaruhi dan mengontrol seluruh kerja tubuh, struktur otak manusia adalah sebagai berikut :
   a. Korteks
      Berfungsi membuat seseorang berada di puncak tangga evolusi. Memahami korteks dan perkembangan membantu individu menghayati mengapa sebagian individu sangat cerdas sedangkan yang lain tidak. Korteks berperan penting dalam memahami kecerdasan emosi serta dalam mengalami perasaan tertentu, selanjutnya berbuat sesuatu untuk mengatasinya. Korteks khususnya lobus frontalis dapat bertindak sebagai saklar peredam yang memberi arti terhadap situasi emosional sebelum berbuat sesuatu.
   b. Sistem Limbik
      Bagian ini sering disebut sebagai bagian emosi yang letaknya jauh dalam hemisfer otak besar terutama bertanggung jawab atas pengaturan emosi dan impuls. Sistem limbic meliputi *hippocampus*, tempat berlangsungnya proses pembelajaran emosi. Selain itu ada *amigdala* yang dipandang sebagai pusat pengendalian emosi pada otak.

Sedangkan menurut Hurlock (2004:100) faktor yang mempengaruhi kenakalan siswa adalah faktor kematangan dan faktor belajar :

1. Faktor Kematangan
   Perkembangan intelektual menghasilkan kemampuan untuk memahami makna yang sebelumnya tidak dimengerti, memperhatikan satu rangsangan dalam jangka yang lebih lama dan memutuskan ketegangan emosi pada satu objek.

Kemampuan mengingat dan menduga mempengaruhi emosi, sehingga seseorang menjadi reaktif terhadap rangsangan yang semula tidak mempengaruhi dirinya. Perkembangan kelenjar adrenalin memainkan peran utama pada emosi. Faktor ini dapat dikendalikan dengan memelihara kesehatan fisik dan keseimbangan tubuh.

2. Faktor Belajar
Faktor ini lebih penting karena merupakan faktor yang mudah dikendalikan. Cara mengendalikan lingkungan untuk menjamin pembinaan pola emosi yang diinginkan dan menghasilkan pola reaksi emosional yang tidak diinginkan merupakan pola belajar yang positif sekaligus tindakan preventif. Makin bertambahnya usia makin sulit mengubah pola reaksi.

Widayanti dan Waskito (2007:34) menyebutkan penyebab kenakalan anak adalah faktor endogen dan eksogen.

1. Faktor endogen adalah faktor yang berasal dari dalam diri anak sendiri yang mempengaruhi tingkah laku antara lain :
   a. Gangguan psikologis, seseorang karrna menjumpnai sesuatu problem dan mengalami kesulitan untuk memecahkannya, maka muncullah suatu konflik kepribadian. Bagi oarang yang normal, konflik itu mudah diatasi, tetapi bagi orang yang lemah mentalnya, konflik itu dapat menimbulkan suatu gejala neurosa yang berbentuk : misalnya agresif, dengan sifat memukul, berontak, marah, keluar kata-kata kotor, dan sebagainya.
   b. Perkembangan kepribadian dan intelegensi yang terhambat sehingga tidak dapat menghayati norma-norma yang berlaku.

2. Faktor eksogen yaitu faktor yang berasal dari luar individu anak antara lain meliputi :
   a. Hubungan negatif dari orang lain
   b. Hubungan negatif dari lingkungan sekitar
   c. Pengaru negatif dari masyarakat

d. Kurang perhatian dari orang tuanya
e. Kurang pengawasan dari pemerintah/yang berwajib
f. Kurang pengawasan dari masyarakat
g. Kurang pengisian waktu yangg senggang/kosong
h. Kurang rekreasi yang sehat
i. Kurang lapangan kerja bagi orang ttua anak.

Sementara itu Daradjat (2006:113) menyebutkan penyebab timbulnya kenakalan anak-anak antara lain:

a. Kurang didikan nilai-nilai agama.
b. Kurang pengertian orang tua tentang pendidikan.
c. Kurang teraturnya pengisian waktu bagi anak.
d. Kemerosotan moral dan mental orang tua.
e. Iklim pendidikan di sekolah kurang baik.

Berdasarkan pendapat diatas dapat disimpulkan faktor-faktor penyebab timbulnya kenakalan anak adalah faktor diri anak itu sendiri maupun faktor dari luar diri anak. Motif yang mendorong anak melakukan kenakalan menurut Kartono (2002:10) antara lain :

1. Untuk memuaskan kecenderungan keserakahan.
2. Meningkatnya agresifitas dan dorongan seksual
3. Salah asuh dan salah didik orang tua, sehingga anak menjadi manja dan lemah menttalnya.
4. Hasrat untuk berkumpul dengan kawan senasib dan sebaya, dan kesukaan meniru-niru.
5. Konflik batin sendiri, dan kemudian menggunakan mekanisme pelarian diri serta pembelaan diri yang irasional.

3. Cara Menanggulangi Kenakalan Siswa

Generasi muda dalam arti luas mencakup umur anak dan remaja, mulai dari lahir sampai mencapai kematangan dari segala segi (jasmani, rohani, sosial, budaya dan ekonomi). Masalah pokok yang sangat menonjol dewasa ini adalah kaburnya nilai-niilai di mata

generasi muda. Mereka dihadapkan dengan berbagai kontradiksi dan aneka pengalaman moral yang memyebabkan mereka bingung untuk memilih mana yang baik untuk mereka. Hal ini nampak jelas pada mereka yang sedang berada pada usia muda terutama pada mereka yang hidup di kota-kota besar yang mencoba mengembangkan diri kearah kehidupan yang disangka maju dan modern, dimana berkecamuk aneka ragam kebudayaan asing yang masuk seolah-olah tanpa saringan.

Untuk mengatasi kemungkinan-kemungkinan buruk yang diakibatkkan hubungan dari kaburnya kehidupan moral dan agama dalam masyarakat. Berbagai usaha harus dilakukan:

1. Perlu mengadakan saringan atau seleksi terhadap kebudayaan asing yang masuk, agar unsur-unsur yang negatif dapat dihindarkan.
2. Agar pendidikan agama baik dalam keluarga, sekolah manupun masyarakat diintensifkan, supaya kehidupan beragama dapat menjadi bagian dari pribadi bangsa kita.
3. Agar diadakan pendidikan khusus untuk orang dewasa dalam bidang kesehatan jiwa, supaya mereka dapat membantu dirinya sendiri dalam menghadapi kegoncangan jiwa, atau untuk menghindari terjadinya kegoncangan jiwa serta terciptanya ketenangan dan kebahagiaan dalam hidupnya sehari-hari di rumah dan dalam masyarakat.
4. Perlu adanya biro-biro konsultasi untuk orang-orang yang memerlukannya, baik untuk anak, remaja maupun dewasa.
5. Pemerintah melakuksan pembinaan melalui tindakan tegas dengan mengikutsertakan semua lembaga, para ulama dan pemimpin masyarakat (Daradjat, 2006:134). *Wallahu A'lam*.

BAB 6
KEPERCAYAAN DIRI

A. Pengertian Kepercayaan Diri

Kepercayaan adalah sesuatu yang diyakini itu benar atau nyata (Diknas, 2005:856). Diri adalah orang seorang (Diknas, 2005:256). Kepercayaan diri merupakan keyakinan akan kemampuannya untuk menyelesaikan suatu pekerjaan dan masalah Lie (2003:4), dan menurut Hakim (2002:6) kepercayaan diri adalah keyakinan seseorang terhadap segala aspek kelebihan yang dimiliki dan keyakinan tersebut membuat merasa mampu untuk bisa mencapai berbagai tujuan di dalam hidupnya. Sedangkan menurut Al-Uqshari (2005:14) kepercayaan diri adalah keyakinan kuat pada jiwa, kesepahaman dengan jiwa, dan kemampuan menguasai jiwa.

Wardani (2001:34) berpendapat bahwa kepercayaan diri adalah suatu perasaan, yang dilandasi keyakinan diri dengan menerima diri sendiri apa adanya sehingga tidak memiliki keraguan untuk menampilkan diri di depan umum.

Dari ketiga pendapat itu dapat disimpulkan kepercayaan diri adalah suatu keyakinan terhadap kemampuan atau kelebihan yang dimiliki pada jiwa seseorang untuk bisa mencapai tujuan hidupnya

menyelesaikan suatu pekerjaan dan masalah. Kepercayaan diri itu adalah efek dari bagaimana kita merasa, meyakini, dan mengetahui akan kemampuan diri sendiri. Orang yang kehilangan kepercayaan diri memiliki perasaan negatif terhadap dirinya, memiliki keyakinan lemah terhadap kemampuan dirinya dan punya pengetahuan yang kurang akurat terhadap kapasitas yang dimilikinya.

B. Karakteristik Individu yang Mempunyai Kepercayaan Diri

Gunarsa (2004:76) menyebutkan beberapa ciri atau karakteristik individu yang mempunyai rasa percaya diri yang proporsional, diantaranya adalah:

1. Percaya akan kompetensi/kemampuan diri, hingga tidak membutuhkan pujian, pengakuan, penerimaan, atau pun rasa hormat orang lain
2. Tidak terdorong untuk menunjukkan sikap konformis demi diterima oleh orang lain atau kelompok
3. Berani menerima dan menghadapi penolakan orang lain, berani menjadi diri sendiri
4. Punya pengendalian diri yang baik (tidak *moody* dan emosinya stabil)
5. Memiliki internal *locus of control* (memandang keberhasilan atau kegagalan, tergantung dari usaha diri sendiri dan tidak mudah menyerah pada nasib atau keadaan serta tidak tergantung/mengharapkan bantuan orang lain)
6. Mempunyai cara pandang yang positif terhadap diri sendiri, ornag lain dan situasi di luar dirinya
7. Memiliki harapan yang realistik terhadap diri sendiri, sehingga ketika harapan itu tidak terwujud, ia tetap mampu melihat sisi positif dirinya dan situasi yang terjadi.

Sedangkan beberapa ciri atau karakteristik individu yang kurang percaya diri, Gunarsa (2004:88) mengasumsikannya sebagai berikut:

1. Berusaha menunjukkan sikap konformis, semata-mata demi mendapatkan pengakuan dan penerimaan kelompok
2. Menyimpan rasa takut/kekhawatiran terhadap penolakan
3. Sulit menerima realita diri (terlebih menerima kekurangan dir) dan memandang rendah kemampuan diri sendiri – namun di lain pihak memasang harapan yang tidak realistik terhadap diri sendiri
4. Pesimis, mudah menilai segala sesuatu dari sisi negatif
5. Takut gagal, sehingga menghindari segala resiko dan tidak berani memasang target untuk berhasil
6. Cenderung menolak pujian yang ditujukan secara tulus (karena undervalue diri sendiri)
7. Selalu menempatkan/memposisikan diri sebagai yang terakhir, karena menilai dirinya tidak mampu
8. Mempunyai *external locus of control* (mudah menyerah pada nasib, sangat tergantung pada keadaan dan pengakuan/ penerimaan serta bantuan orang lain)

C. Faktor yang Mempengaruhi Kepercayaan Diri

Berbagai studi dan pengalaman telah menjelaskan bahwa kepercayaan diri seseorang terkait dengan dua hal yang paling mendasar dalam praktek hidup kita. Pertama, kepercayaan diri terkait dengan bagaimana seseorang memperjuangkan keinginannya untuk meraih sesuatu (prestasi atau performansi). Kedua, kepercayaan diri terkait dengan kemampuan seseorang dalam menghadapi masalah yang menghambat perjuangannya. Orang yang kepercayaan dirinya bagus akan cenderung berkesimpulan bahwa dirinya "lebih besar" dari masalahnya. Sebaliknya, orang yang punya kepercayaan diri rendah akan cenderung berkesimpulan bahwa masalahnya jauh lebih besar dari dirinya (Bandura, 2004:54).

Secara rinci Soemardi (2004:102) menyebutkan beberapa hal yang memengaruhi rasa kepercayaan diri adalah sebagai berikut:

1. Kondisi fisik atau jasmani secara lahiriah, yang mencakup kesehatan tubuh dan keadaan normal tidaknya organ tubuh.
2. Kecakapan atau kemampuan diri, baik di bidang akademik maupun keterampilan. Pada umumnya orang merasa kurang percaya diri karena merasa tidak ada yang pantas dibanggakan di depan umum.
3. Ketidakmampuan menjalin komunikasi secara verbal dengan orang lain. Adakalanya seseorang mengalami kesulitan ketika harus mengutarakan pendapatnya secara lisan, karena terbiasa mengungkapkan dalam bentuk tulisan atau bentuk karya lainnya. Hal ini disebabkan tidak setiap orang mampu mengungkapkan perasaannya secara verbal (lisan).
4. Munculnya perasaan takut salah. Perasaan takut salah sering menghinggapi banyak orang. Hal ini dikarenakan adanya trauma atau pengalarnan tidak mengenakkan di masa lampau terhadap bentuk kegagalan yang selalu diikuti dengan sanksi atau hukuman, sehingga orang mudah merasa kurang yakin akan kemampuannya.
5. Gangguan psikis atau gangguan kejiwaan. Perasaan tidak nyaman ketika harus berada di depan orang banyak merupakan bentuk gangguan kejiwaan yang banyak menghinggapi anak-anak terutama yang dalam hidupnya kurang bergaul dengan orang lain. Gangguan psikis ini bisa berupa gemetar, berkeringat dingin, mulut terkunci, gugup, bahkan bingung tidak tahu harus berbuat apa ketika ia harus berhadapan dengan banyak orang atau mendapatkan perhatian dari banyak orang.
6. Kondisi lingkungan sekitar. Adakalanya suasana lingkungan di sekitarnya berpengaruh terhadap kepercayaan diri seseorang. Misalnya seorang yang terbiasa maju ke depan kelas tiba-tiba merasa tidak nyaman ketika saat upacara bendera harus maju ke depan berhadapan dengan peserta upacara.

D. Manfaat Kepercayaan Diri

Kepercayan diri perlu dimiliki oleh setiap anak dan selalu dipupuk terus menerus. Manfaat sikap percaya diri menurut Mujib

(2006:59) adalah sebagai berikut:

1. Membentuk kedewasaan diri. Salah satu ciri kedewasaan adalah mampu bertanggung jawab terhadap apa yang telah ia lakukan yang tercermin dalam bentuk kemandirian.
2. Membentuk kewibawaan. Kewibawaan menunjukkan adanya rasa hormat dari orang lain. Orang yang berwibawa bukan sekedar dihormati tetapi disegani dan dianggap sebagai pengayom.
3. Membentuk sikap tegas. Kepercayaan diri membuat seseorang memiliki ketegasan dalam bertindak. Hal ini dikarenakan tidak adanya keraguan dalam melakukan sesuatu.
4. Membentuk sifat keterbukaan. Kepercayaan diri selalu diwujudkan dalam bentuk kemampuan menampilkan diri apa adanya dengan sikap penuh keterbukaan. Orang lain akan merasa bebas berkomunikasi tanpa perlu takut ada sesuatu yang disembunyikan sehingga hubungan sosial dapat berlangsung dalam suasana yang melegakan.
5. Membentuk kepribadian yang terpuji. Kepercayaan diri merupakan salah satu aspek dari sikap mental seseorang dan sebagai bagian dari unsur kepribadian.

E. Upaya Menumbuhkan Kepercayaan Diri

Sukmadinata (2003:102) memberikan beberapa cara untuk menumbuhkan kepercayaan diri ada beberapa cara yang bisa ditempuh, di antaranya sebagai berikut:

1. Memiliki keyakinan bahwa setiap manusia pasti memiliki kelebihan sekaligus kekurangan. Dengan keyakinan ini orang tidak takut melakukan kesalahan saat tampil di depan umum dan tidak merasa besar kepala jika penampilannya mendapat sambutan meriah.
2. Menjaga penampilan diri yang tercermin pada tubuh yang bersih dan sehat. Dengan penampilan yang bersih, rapi dan sehat orang akan merasa kondisinya prima sehingga tak ada

perasaan yang mengganggu.

3. Merasa yakin akan kemampuan diri. Keadaan ini berupa keyakinan diri bahwa apa yang ia lakukan berdasarkan kesadaran dan merupakan inisiatifnya sendiri.
4. Berusaha memerhatikan kelebihan diri dan mengabaikan kelemahan yang dimilikinya.
5. Mengembangkan kemampuan diri melalui pengembangan bakat yang disalurkan secara positif sehingga mampu menghasilkan prestasi yang mengagumkan.
6. Memiliki sikap sportif. Sikap sportif merupakan perwujudan kesadaran diri terhadap kemampuan yang dimiliki orang lain sehingga dengan tegas rela mengakui kekalahan diri dan mengakui kemenangan orang lain.
7. Tidak henti-hentinya menimba ilmu pengetahuan dan teknologi dari berbagai sumber sehingga memiliki pengetahuan yang luas. *Wallhu A'lam.*

SELF TRUST IS THE MOTHER OF SUCCESS
Percaya pada diri sendiri adalah pangkal keberhasilan

BAB 7
PERKEMBANGAN SIKAP SOSIAL

A. Pengertian Perkembangan Sikap Sosial

Kata perkembangan sikap sosial terdiri dari tiga kata yaitu perkembangan, sikap dan sosial. Perkembangan dapat diartikan sebagai perubahan yang berlangsung terus-menerus dan bersifat tetap dari fungsi-fungsi jasmaniah dan rohaniah yang dimiliki individu menuju ketahap kematangan melalui pertumbuhan, pematangan dan belajar, hal ini individu tidak pernah statis melainkan senantiasa mengalami perubahan-perubahan yang bersifat progresif dan berkesinambungan (Desmita, 2007:4). Sedangkan sikap menurut Yusuf (2008:169-170) yakni kondisi mental yang relatif menetap untuk merespon suatu objek atau perangsang tertentu yang mempunyai arti, baik bersifat positif, netral, atau negatif , menyangkut aspek-aspek kognisi, afeksi, dan kecenderungan untuk bertindak. Adapun pengertian sikap menurut Mahmud (2012:138) yaitu:

1. Sikap sebagai tingkatan kecenderungan yang bersifat positif atau negatif yang berhubungan dengan objek psikologis seperti simbul, kata-kata, lembaga, ide dan sebagainya.
2. Sikap adalah predisposisi (keadaan mudah terpengaruhi) terhadap seseorang ide atau objek yang berisi komponen berfikir perasaan-perasaan dan bertindak.

3. Kesiapan merespon secara konsisten dalam bentuk positif dan negatif terhadap suatu objek atau situasi.

Perkembangan sikap sosial adalah “kemampuan untuk melakukan penyesuaian antara tingkah laku seseorang yang berada dalam tingkat perkembangan tertentu (remaja) dengan tingkah laku yang diinginkan masyarakat” (Prayitno, 2006:82). Adapun pengertian perkembangan sikap sosial menurut Mahmud (2012:139) “bahwa perolehan kemampuan berperilaku yang sesuai dengan tuntutan sosial menjadi orang yang mampu bermasyarakat”. Sedangkan menurut Taufik (2011:3.17) “perkembangan sikap sosial yaitu kemampuan untuk berperilaku sesuai dengan harapan-harapan kelompok sosialnya”.

Dengan demikian perkembangan sikap sosial dapat dimaknai perolehan kemampuan tingkah laku seseorang yang berada dalam tingkat perkembangan tertentu dengan perikalu yang sesuai dengan tuntutan dan harapan-harapan yang diinginkan masyarakat agar menjadi orang yang mampu bermasyarakat.

B. Unsur (komponen) Sikap Sosial

Sikap terbentuk dari bermacam-macam komponen yang membentuk sikap yang saling berhubungan. Menurut (Ahmadi Abu, 2007:151-152; Mahmud, 2012:191; Yusuf, 2008:170) komponen-komponen sikap sosial yang dimaksud yaitu:

1. Komponen kognisi (*cognition*) yaitu unsur ini terdiri atas keyakinan atau pemahaman individu terhadap objek-objek tertentu, berupa pengetahuan, kepercayaan atau pikiran yang didasarkan pada informasi yang berhubungan dengan objek. Misalnya sikap kita terhadap perjudian, minuman keras, dan sebagainya. Kita memahami dan meyakini bahwa perjudian dan minuman keras itu hukumnya haram.
2. komponen afeksi (*feeling*/perasaan) yaitu unsur ini menunjukkan perasaan yang menyertai sikap individu terhadap

suatu objek. Unsur ini bisa bersifat positif (menyenangi, menyetujui, bersahabat) dan negatif (tidak menyenangi, tidak menyetujui, dan sikap permusuhan). Kita sebagai orang islam tidak menyenangi perjudian dan minuman keras, karena kita tahu hukumnya haram.

3. komponen *behavior* atau konatif yaitu unsur ini meliputi seluruh kesediaan individu untuk bertindak/bereaksi terhadap objek tertentu. Bentuk dari kecenderungan bertindak ini sangat dipengaruhi oleh unsur-unsur sebelumnya. Misalnya seorang muslim yang sudah meyakini bahwa judi itu hukumnya haram, dia akan membenci judi tersebut, dan dia cenderung akan menjauhi, dan berusaha akan menghilangkannya.

C. Makna Perkembangan Sikap Sosial

Perkembangan sikap sosial mempunyai arti kemampuan untuk berperilaku sesuai dengan harapan-harapan kelompok sosialnya (Taufik, 2011:3.17), dalam hal ini, terjadi 3 proses sosialisasi, yang saling berkaitan. Kegagalan pada salah satu proses akan menyebabkan tingkat sosialisasi individu rendah. Ketiga proses tersebut adalah:

1. Belajar untuk bertingkah laku sesuai dengan cara/norma yang berlaku
   Setiap kelompok sosial memiliki dasar mengenai tingkah laku yang perlu dimiliki anggotanya. Untuk bersosialisasi, anak tidak hanya mengerti apakah tingkah laku ini diterima, tetapi juga memberi contoh tingkah laku mereka selama masih dapat diterima kelompok.

2. Bermain sesuai dengan peran sosial yang diharapkan
   Setiap kelompok sosial mempunyai pola kebiasaan yang telah di tentukan dengan cara seksama oleh para anggotanya dituntut untuk dipatuhi sebagai contoh. Peran yang disetujui bersama orang tua dan anak, serta bagi guru dan murid.

3. Mengembangkan sikap-sikap sosial

Untuk bermasyarakat atau bergaul dengan baik, anak-anak harus menyukai orang dan aktivitas seseorang. Jika mereka dapat melakukannya mereka akan berhasil dalam penyesuain sikap sosial yang baik dan di terima sebagai anggota kelompok sosial tempat mereka menggabungkan diri.

D. Fungsi Sikap Sosial

Mengenai sikap seseorang, termasuk sikap orang tua terhadap anak atau sebaliknya ada sesuatu yang melatar belakangi mengapa seseorang mengambil sikap tertentu, hal ini berkaitan dengan fungsi sikap, beberapa fungsi sikap sosial menurut Mahmud (2012:192) yaitu:

1. Sikap sebagai instrument atau alat untuk mencapai sesuatu tujuan (*instrumental function*)

   Seseorang mengambil sikap tertentu terhadap objek atas dasar pemikiran sampai sejauh mana objek sikap tersebut dapat digunakan sebagai alat atau instrumen untuk mencapai tujuan yang ingin di capai. Fungsi ini juga disebut sebagai fungsi manfaat (*utility*) atau juga disebut sebagai fungsi penyesuaian (*adjustment*), karena dengan mengambil sikap tertentu seseorang dapat menyesuaikan diri dengan keadaan lingkungannya.

2. Sikap sebagai pertahanan ego

   Seseorang mengambil sikap tertentu terhadap suatu objek karena hanya untuk mempertahankan ego. Apabila seseorang merasa egonya terancam maka ia akan mengambil sikap tertentu terhadap objek sikap demi pertahanan egonya.

3. Sikap sebagai ekspresi nilai

   Bahwa sikap seseorang menunjukkan bagaimana nilai-nilai yang ada pada orang itu. Sikap yang diambil seseoarang mencerminkan sistim nilai yang ada pada diri orang tersebut.

4. Sikap sebagai fungsi pertahanan

Sikap seseorang sebagai suatu objek akan mencerminkan keadaan pengetahuan dari orang tersebut. Apabila pengetahuan seseorang mengetahui sesuatu belum konsisten maka hal itu akan berpengaruh pada sikap orang itu terhadap objek tersebut.

E. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Perkembangan Sikap Sosial

Dalam rangka menuju kematangan bersikap sosial pada dasarnya terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi, faktor-faktor diantaranya adalah:

1. **Faktor Indogen**, yaitu faktor yang mempengaruhi sikap sosial anak yang datang dari dalam dirinya, faktor ini juga terdiri dari:

   a. Faktor sugesti

   Sugesti adalah proses seorang individu di dalam berusaha menerima tingkah laku maupun perilaku orang lain tanpa adanya keritikan terlebih dahulu (Nawawi, 2000:72). Dapat di katakan bahwa sugesti itu dapat mempengaruhi sikap sosial seseorang sedangkan anak yang tidak mampu bersugesti cenderung tidak mau menerima keadaan orang lain, seperti tidak bisa merasakan penderitaan orang lain, tidak bisa bekerja sama dan orang lain dan sebainya.

   b. Faktor identifikasi

   Identifikasi adalah keinginan untuk menyamakan/ menyesuaikan diri terhadap sesuatu yang dianggap mempunyai keistumewaan (Ahmadi Abu, 2007:44). Selain itu menurut Nawawi (2000:82) yaitu "identifikasi dilakukan kepada orang lain yang dianggapnya ideal atau sesuai dengan dirinya, anak yang mengidentifikasikan dirinya seperti orang lain akan mempengaruhi perkembangan sikap sosial seseorang dengan cepat merasakan keadaan atau permasalahan orang lain yang mengalami suatu problema".

   c. Faktor imitasi

Imitasi dapat mempengaruhi sikap sosial, dimana seseorang berusaha meniru (imitasi) keadaan orang lain akan lebih peka dalam merasakan keadaan orang lain baik dalam keadaan susah maupun senang dan gembira.

2. **Faktor Eksogen**, yaitu faktor yang mempengaruhi sikap sosial anak dari luar dirinya sendiri. Faktor-faktor itu diantaranya yaitu:

   a. Keluarga

      Keluarga merupakan kelompok sosial yang sangat besar pengaruhnya terhadap sosialisasi anak, disamping itu keluarga atau orang tua harus memelihara, merawat, melindungi anak dalam berjiwa sosial hubungan anak dengan seluruh anggota keluarga mempengaruhi sikap anak terhadap orang lain pada umumnya, sehingga rumah merupakan sekolah pertama bagi anak memiliki kemampuan sosial.

   b. Kelompok sebaya

      Sebagai informasi atau pembanding di luar lingkungan keluarga, dari pengalaman dengan teman sebaya yang diperolehnya di luar rumah merupakan pelengkap dari pengalaman anak di rumah, dari pengalaman tersebut akan sangat menentukan sikap sosial pada pola tingkah laku anak, sehingga akan mendorong anak untuk bertingkah laku sesuai dengan yang di harapkan oleh kelompok sosialnya.

   c. Guru atau lingkungan sekolah

      Sekolah merupakan lembaga pendidikan resmi yang bertanggung jawab untuk memberikan pendidikan pada siapapun. Guru dan orang tua harus menyediakan sebuah lingkungan belajar yang baik, kaya akan stimulus. Msalnya di sekolah banyak dilakukan kegiatan kelompok untuk mengembangkan tingkah laku sosial, seperti kerja sama, saling membantu, salinng menghormati dan menghargai, misalnya kelompok belajar, kelompok mengembangkan

bakat khusus, seperti kelompok menyanyi, menari, olah raga, dan keterampilan lainnya. Selain itu faktor lingkungan sekolah yang dapat mempengaruhi sikap sosial anak karena anak banyak menghabiskan waktu di sekolah. Selain itu sekolah harus berfungsi menyiapkan model-model bertingkah laku sosial, baik oleh guru maupun petugas administrasi yang dapat di teladani siswanya (Prayitno, 2006:93).

F. Pola Perilaku dalam Situasi Sosial

Kehidupan dalam kelompok turut berperan dalam perkembangan tingkah laku sosial seorang anak. Hal ini tidak hanya terjadi pada kelompok anak usia anak sekolah tetapi juga sebelumnya maupun pada masa remaja maupun dewasa. Menurut (Mahmud, 2012:142-144; Taufik, 2011:3.20-3.22) beberapa pola tingkah laku yang umum dipelajari anak dari lingkungan kelompoknya yaitu:

1. Kerja Sama atau hubungan yang baik
   Merupakan kemampuan untuk bekerja sama dengan orang lain, yang dapat dipelajari melalui lingkungan rumah. Begitu anak menjadi anggota dari suatu anggota kelompok sebaya, anak akan belajar untuk mengikuti aturan yang telah ditetapkan kelompok. Keakraban antar anggota kelompok dapat menjalin hubungan kerja sama dan dapat bertukar pikiran.

2. Tanggung jawab
   Anak yang terbiasa untuk bertanggung jawab dalam keluarganya, lebih mudah menyesuaikan diri dengan anggota kelompoknya, dan biasanya terpilih sebagai pemimpin dalam anggota kelompoknya. Hal ini memberi kesempatan anak untuk belajar bertanggung jawab dan percaya akan keberhasilan yang akan diperoleh. Namun, terlalu banyak tanggung jawab yang dibebankan pada anak juga bukan merupakan hal yang positif karena jika anak mengalami kegagalan justru akan meruntuhkan rasa percaya dirinya. Oleh karena itu perkembangan tanggung

jawab pada anak perlu diberikan secara perlahan-lahan, dimulai dari tugas-tugas yang sederhana, kemudian meningkat pada pengalaman yang lebih kompleks.

3. Kompetisi/Persaingan
   Pada masa anak akhir, kompetisi terbagi dalam 3 bentuk. Pertama, persaingan antar anggota kelompok sebaya, yang dapat menimbulkan permusuhan dalam kelompok sehingga akan membuat perpecahan kelompok dan loyalitas dengan kelompoknya semakin berkurang. Kedua, pertentangan antar kelompok sebaya yang satu dengan kelompok lainnya akan membentuk loyalitas pada kelompok dan rasa solidaritas yang tinggi diantara anggota kelompoknya. Ketiga, pertentangan antar kelompok sebaya dengan kelompok masyarakat, akan membentuk suatu ikatan tersendiri dan dapat mengembangkan kemandirian.

4. Kemurahan Hati
   Kesediaan untuk berbagi sesuatu dengan orang lain sikap mementingkan diri sendiri akan semakin berkurang setelah anak belajar bahwa kemurahan hati menghasilkan penerimaan sosial.

5. Hasrat akan penerimaan sosial
   Mendorong anak untuk menyesuaikan diri dengan tuntutan sosial, dimana hasrat bisa di terima oleh orang dewasa biasanya timbul lebih awal dibandingkan dengan hasrat untuk di terima oleh teman sebaya.

6. Simpati
   Menurut Ahmadi Abu (2007:44) simpati yaitu "tertariknya orang satu terhadap orang lain, simpati ini timbul tidak atas dasar logis rasional melainkan berdasarkan penilaian perasaan". Biasanya di ekspresikan dengan berusaha menolong atau menghibur seseorang.

7. Empati

Kemapuan meletakkan diri sendiri dalam posisi orang lain dan menghayati pengalaman orang lain tersebut, hal ini akan berkembang jika anak memahami ekspresi wajah atau maksud pembicaraan orang lain.

8. Ketergantungan
   Ketergantungan terhadap orang lain dalam hal bantuan perhatian dan kasih sayang mendorong anak untuk berperilaku dalam cara yang di terima secara sosial anak yang berjiwa bebas kekurangan motivasi ini.

9. Sikap tidak mementingkan diri sendiri
   Sikap yang mempunyai kesempatan mendapat dorongan untuk saling berbagi dengan apa yang mereka miliki dan tidak terus menerus menjadi perhatian keluarga, belajar memikirkan orang lain dan berbuat untuk orang lain dan bukannya hanya memusatkan perhatian pada kepentingan dan milik mereka sendiri.

10. Meniru
    Dengan meniru seseorang yang diterima baik oleh kelompok sosial, anak-anak dapat mengembangkan sifat yang akan menambah penerimaan kelompok terhadap diri mereka sendiri.

11. Perilaku kelekatan
    Dari landasan yang diletakkan pada masa bayi, yaitu tatkala bayi mengembangkan suatu kelekatan yang hangat dan cinta kasih kepada ibu, anak kecil akan mengalihkan pola perilaku ini kepada anak atau orang lain dan belajar membina persahabatan dengan mereka.

G. Sikap Orang Tua dalam Mengembangkan Sikap Sosial Anak

Dalam mengembangkan sikap sosialisasi anak, orang tua dan juga orang dewasa lainnya merupakan guru yang penting bagi anak

untuk belajar untuk dapat berhubungan dengan tema-temannya. Didalam mengembangkan sikap tersebut di sadari atau tidak orang tua mempengaruhi cara anak berteman, maka yang di lakukan orang tua dalam mengembangkan sikap sosialisasi anak yaitu:

1. Orang tua tidak boleh membatasi lingkungan permainan anak selagi tidak membahayakan fisik dan psikogis anak, bermain apa yang di sukainya.
2. Orang tua perlu mendampingi anak, terutama jika memasuki lingkungan baru.
3. Orang tua minta anak menceritakan teman-temannya melalui kegiatan bermain serta dapat mengevaluasi.
4. Bersama orang tua harus mengikuti acara berkumpul antar keluarga dengan demikian anak bisa mengenal anak-anak dan keluarga lain.
5. Orang tua mengajak anak ke tempat rekreasi atau di tempat keramaian.
6. Orang tua selalu memberikan motivasi agar anak bisa bersosialisasi.

H. Indikator Perkembangan Sikap Sosial

Dalam *Kamus Bahasa Indonesia* indikator mempunyai arti yaitu "Sesuatu yang dapat memberikan (atau menjadi) petunjuk atau keterangan". Indikator merupakan upaya pengukuran untuk dapat memberikan keterangan dan petunjuk mengenai gambaran pengaruh bimbingan keluarga terhadap perkembangan sikap sosial.

Adapun indikator perkembangan sikap sosial antara lain: 1) Kerja sama atau hubungan yang baik, 2) Tanggung jawab, 3) Kompetisi, 4) Kemurahan hati, 5) Hasrat akan penerimaan sosial, 6) Simpati, 7) Empati, 8) Ketergantungan, 9) Sikap tidak mementingkan diri sendiri, 10) Meniru, dan 11) Perilaku kelekatan. *Wallahu A'lam*.

BAB 8
KARAKTER KEPEMIMPINAN

A. Pengertian Karakter Kepemimpinan

Secara sederhana, pengertian karakter kepemimpinan dapat diartikan sebagai watak dan perilaku seorang pemimpinan dalam menjalankan tugas kepemimpinannya. dengan kehendak kita (Suroso, 2004:62)

Menurut Burns (dalam Suroso, 2004:64) karakter kepemimpinan merupakan perilaku transformatif dalam mengedepankan nilai-nilai moral para pengikut untuk meningkatkan keyakinan dan memobilisasi daya dan sumber daya mereka untuk mereformasi suatu tujuan bersama.

Menjadi pemimpin yang terampil bisa dipelajari tetapi tidak demikian dengan menjadi pemimpin yang memiliki watak unggul. Pemimpin yang ideal seharusnya memiliki keunggulan watak dan keterampilan (manajemen) untuk mengarahkan, memimpin, membimbing, dan mengubah kawanan yang dia pimpin. Kalau kemudian kita harus memilih salah satu, orang cenderung menjatuhkan pilihan kepada pemimpin yang berkarakter. (Mar'at, 2000:28)

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa karakter kepemimpinan merupakan perilaku, sifat dan watak yang ditunjukkan seorang pemimpin dalam kedudukan untuk melaksanakan tugas kepemimpinannya. Tugas seseorang pemimpin dengan kepemimpinannya haruslah mampu mempengaruhi, mengubah dan menggerakan tingkah laku bawahan atau orang lain untuk mencapai tujuan.

B. Teori Kepemimpinan

Ada tiga teori yang menonjol dalam menjelaskan tentang munculnya pemimpin, yaitu:

1. **Teori genetis**
   Teori ini menyatakan bahwa pemimpin itu tidak dibuat, melainkan dilahirkan sebagai pemimpin dengan bakat-bakat kepemimpinan yang alami yang dibawa sejak lahir, dan dia tidak ditakdirkan lahir menjadi pemimpin dalam situasi dan kondisi yang bagaimanapun juga. Jadi teori ini menekankan bahwa seseorang bisa menjadi pemimpin karena faktor keturunan.

2. **Teori sosial**
   Teori ini berlawan dengan teori genetis karena teori ini menyatakan bahwa pemimpin itu bukan dilahirkan begitu saja, melainkan harus disiapkan, dididik, dan dibentuk. Setiap orang yang menjadi pemimpin adalah terbentuk dari usaha penyiapan dan pendidikan yang didorong oleh kemauan pribadi. Jadi teori ini lebih menekankan bahwa yang bisa jadi pemimpin ditentukan oleh kondisi faktor sosial.

3. **Teori ekologis atau sintetis**
   Teori ini muncul sebagai reaksi dari kedua teori sebelumnya. Teori ini menyatakan bahwa seseorang akan sukses menjadi pemimpin jika dia memiliki bakat-bakat kepemimpinan sejak lahir dan bakat-bakat itu dikembangkan melalui pengalaman

dan jalur pendidikan serta sesuai dengan tuntutan lingkungan atau ekologisnya. (Kadirman, 2001:10)

C. Syarat-syarat Kepemimpinan

Kartini Kartono (2000:31) mengemukakan ada tiga syarat utama yang harus dimiliki seorang pemimpin, yaitu:

1. Kekuasaan/kewenangan
   Kekuasaan atau kewenangan adalah kekuatan, otoritas dan legalitas yang memberikan wewenang kepada seseorang/ pemimpin untuk mempengaruhi dan mengerakkan bawahan untuk berbuat sesuatu.

2. Kewibawaan
   Kewibawaan adalah kelebihan, keunggulan, keutamaan yang dimiliki oleh seseorang sehingga ia mampu *mbawani* atau mengatur orang lain, membuat orang patuh kepadanya, serta membuat orang mau melakukan perbuatan-perbuatan tertentu.

3. Kemampuan
   Kemampuan adalah segala daya, kesanggupan, kekuatan dan kecakapan/keterampilan baik teknis maupun sosial, yang dianggap melebihi dari kemampuan orang lainnya.

D. Tanggung Jawab dan Wewenang Kepemimpinan

Untuk mencapai tujuan yang telah digariskan, seorang pemimpin harus melaksanakan serta memenuhi tugas-tugas dan tanggung jawabnya sebagai pemimpin. Menurut Robert, seperti yang dikutif oleh Heidjrachman dan Husnan (2001:218), tanggung jawab seorang pemimpin adalah sebagai berikut:

1. Menentukan pelaksanaan kerja yang realistis (dalam artian kuantitas, kualitas, keamanan, dan lain sebagainya);
2. Melengkapi para bawahan dan suberdaya-sumberdayanya yang diperlukan untuk menjalankan tugas.
3. Mengkomunikasikan kepada para bawahan tentang apa yang diharapkan dari mereka.
4. Memberikan susunan hadiah yang sepadan dengan jasa mereka guna mendorong motivasi.
5. Mendelegasikan wewenang apabila diperlukan dan mengundang partisipasi apabila memungkinkan.
6. Menghilangkan hambatan untuk melaksanakan pekerjaan yang efektif.
7. Menilai pelaksanaan pekerjaan dan mengkomunikasikan hasilnya.
8. Menunjukkan perhatian kepada para bawahan.

Agar seorang pemimpin dapat mencapai tujuannya secara efektif, maka ia harus memiliki wewenang untuk mempengaruhi dan mengerahkan orang lain untuk mencapai tujuannya. Ada beberapa macam wewenang diantaranya adalah:

1. *Top down authority*
   Yaitu wewenang yang dimiliki oleh seseorang karena adanya pelimpahan wewenang dari pimpinan atau atasannya.

2. *Bottom up authority*
   Yaitu wewenang yang dimiliki oleh seseorang karena ditunjuk sebagai pemimpin oleh para pengikutnya.

E. Mengembangkan Karakter Kepemimpinan

Ada 9 karakter yang harus dikembangkan dalam diri seorang pemimpin.

1. Memelihara Integritas
   Integritas berarti satunya kata dan perbuatan. Seorang yang memiliki integritas akan bertindak sama dalam segala situasi. Orang yang memiliki integritas itu bisa dipercaya di semua bidang yang dia geluti. Ia jujur dan bertangung jawab memegang amanah. Kemampuan seorang pemimpin mempertahankan integritasnya akan berbanding lurus dengan kemampuannya bertahan memimpin orang lain.

2. Memiliki rasa aman
   Pemimpin yang memiliki rasa aman pasti bisa bekerjasama dengan timnya. Ia tidak melihat orang lain sebagai ancaman, sebaliknya melihat mereka sebagai kawan sekerja. Pemimpin dengan rasa aman tinggi tidak akan segan-segan mendelegasikan tugas kepada orang lain.

3. Menjaga moralitas
   Pemimpin dengan moral yang terjaga akan sangat disegani oleh siapapun baik oleh bawahan, rekanan maupun *competitor*. Ini semua membuktikan bahwa moralitas adalah salah satu factor penting yang menentukan "legalitas" dan akseptabilitas seorang pemimpin.

4. Belajar rendah hati
   Pemimpin yang rendah hati akan dicintai oleh pengikutnya. Pemimpin yang rendah hati tidak arogan dan tidak merasa selalu benar. Ia bersedia mendengarkan nasehat bahkan kritik. Ia tidak sok tahu. Pemimpin yang rendah hati juga selalu memperlakukan orang lain dengan hormat. Terutama kepada mereka yang ada di level bawah.

5. Kesiapan melayani
   Seorang pemimpin harus mampu menggunakan jabatan yang dipegangnya bagi kemaslahatan mereka yang dipimpinnya.

6. Menguasai kebijaksanaan

Seorang pemimpin tidak cukup memiliki pengetahuan (knowledge) saja. Tetapi ia membutuhkan wisdom (kebijaksanaan). Dengan kebijaksanaan maka seorang pemimpin akan bisa bertindak proporsional, termasuk di dalamnya dalam memberikan *reward and punishment.*

7. Memiliki disiplin
   Seorang pemimpin yang baik seharusnya memiliki kemampuan untuk memimpin dirinya sendiri. Orang yang berdisiplin akan mampu mengelola hidupnya sedemikian rupa sehingga ia tahu mana yang harus diprioritaskan dan mana yang tidak. Salah satu bentuk disiplin diri adalah kemampuan dalam mengelola waktu dengan baik.

8. Menampilkan keberanian
   Pemimpin harus berani. Pemimpin harus punya nyali. Karena keberanian itulah orang memilih kita menjadi pemimpin mereka. Pemimpin yang berani dan bertanggungjawab akan mendapat respek tinggi dari anak buahnya. Sebaliknya pemimpin yang pengecut, yang cenderung menyalahkan atau melemparkan kesalahan pada orang lain.

9. Mempertahankan semangat
   Semangat adalah salah satu bahan bakar kesuksesan seorang pemimpin dan timnya. Semangat tinggi akan menghasilkan hasil yang besar, sebaliknya semangat yang kecil juga akan menghasilkan hasil yang kecil. Pemimpin yang bersemangat akan menjadi dinamisator dan katalisator bagi timnya untuk berjuang sampai titik maksimum. (Margaret, 2002: 50-57). *Wallahu A'lam*.

BAB 9
KEMAMPUAN PENYESUAIAN DIRI

Kegiatan atau tingkah laku individu pada hakikatnya merupakan cara pemenuhan kebutuhan. Banyak cara yang dapat ditempuh individu untuk memenuhi kebutuhannya, baik cara-cara yang wajar maupun yang tidak wajar, cara yang disadari maupun yang tidak disadari. Yang penting untuk dapat memenuhi kebutuhan ini, individu harus dapat menyesuaikan antar kebutuhan dengan segala kemungkinan yang ada dalam lingkungan.

A. Pengertian Kemampuan Penyesuaian Diri

Menurut Yusuf dan Juntika (2005:210) bahwa pengertian kemampuan penyesuaian diri adalah :

> Proses yang melibatkan respon-respon mental dan perbuatan individu dalam upaya untuk memenuhi kebutuhan dan mengatasi ketegangan, frustasi dan konflik secara sukses, serta menghasilkan hubungan yang harmonis antara kebutuhan dirinya dengan norma atau tuntutan lingkungan dimana dia hidup.

Sunarto dan Agung Hartono (2008:221) berpendapat bahwa :

> Penyesuaian berarti adaptasi, dapat mempertahankan eksistensinya atau bisa *"survive"* dan memperoleh kesejahteraan jasmaniah dan rohaniah, dan dapat mengadakan relasi yang memuaskan dengan tuntutan sosial.

Sedangkan Hendriati Agustina (2006:146) mengungkapkan bahwa :

> Kemampuan penyesuaian diri adalah proses yang mencakup respon-respon mental dan tingkah laku yang merupakan usaha individu agar berhasil mengatasi kebutuhan, ketegangan, konflik dan frustasi yang dialami dirinya. Usaha individu tersebut bertujuan untuk memperoleh keselarasan dan keharmonisan antar tuntutan dalam diri dengan apa yang diharapkan oleh lingkungan.

Dari pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa kemampuan penyesuaian diri adalah usaha manusia untuk mencapai keharmonisan pada diri sendiri dan pada lingkungannya.

B. Proses Kemampuan Penyesuaian Diri

Proses penyesuaian diri ini menimbulkan berbagai masalah terutama bagi diri individu sendiri. Jika individu dapat berhasil memenuhi kebutuhannya sesuai dengan lingkungannya dan tanpa menimbulkan gangguan atau kerugian bagi lingkungannya, hal itu disebut *well adjusted* atau penyesuaian diri dengan baik. Dan sebaliknya jika individu gagal dalam proses penyesuaian diri tersebut disebut *maladjusted* atau salah suai.

Penyesuaian diri merupakan proses bagaimana individu mencapai keseimbangan diri dalam memenuhi kebutuhan sesuai dengan lingkungan. Seperti kita ketahui bahwa penyesuaian diri yang sempurna tidak pernah tercapai, penyesuaian diri yang sempurna terjadi jika individu selalu dalam keadaan seimbang antar dirinya dengan lingkungannya di mana tidak ada lagi kebutuhan yang tidak terpenuhi dan di mana semua fungsi organisme/individu berjalan normal. Sekali lagi bahwa penyesuaian diri yang sempurna seperti itu

tidak pernah tercapai. Karena itu penyesuaian diri lebih bersifat suatu proses sepanjang hayat *(lifelong process),* dan individu terus-menerus menemukan dan mengatasi tekanan dan tantangan hidup guna mencapai pribadi yang sehat.

Respon penyesuaian baik atau buruk secara sederhana dipandang sebagai suatu upaya individu untuk menjauhi ketegangan dan untuk memelihara kondisi-kondisi keseimbangan yang lebih wajar. Dalam proses penyesuaian diri dapat saja muncul konflik, tekanan dan frustasi.

Proses penyesuaian diri menurut Mohammad Ali (2006:176) melibatkan tiga unsur, yaitu: a) Motivasi, b) Sikap terhadap realitas, c) Pola dasar penyesuaian diri. Individu dikatakan berhasil dalam melakukan penyesuaian diri apabila ia dapat memenuhi kebutuhannya dengan cara-cara yang wajar atau apabila dapat diterima oleh lingkungan tanpa merugikan atau mengganggu lingkungannya.

Ridwan (2008:91) mengemukakan prinsip-prinsip dasar yang mengakibatkan adanya perbedaan perilaku individu, yaitu :

1. Individu berbeda perilakunya karena kemampuannya tidak sama
2. Individu mempunyai kebutuhan yang berbeda
3. Individu berpikir tentang masa depan dan membuat pilihan tentang bagaimana bertindak.
4. Individu memahami lingkungannya dalam hubungannya dengan pengalaman masa lalu dan kebutuhannya
5. Individu mempunyai reaksi-reaksi senang atau tidak senang
6. Banyak faktor yang menentukan sikap dan perilaku individu

C. Karakteristik Kemampuan Penyesuaian Diri

Tidak selamanya individu berhasil dalam melakukan penyesuaian diri, karena kadang-kadang ada rintangan tertentu yang menyebabkan tidak berhasil melakukan penyesuaian diri. Rintangan-

rintangan itu mungkin terdapat dalam dirinya atau mungkin di luar dirinya. Dalam hubungannya dengan rintangan-rintangan tersebut ada individu yang dapat melakukan penyesuaian diri secara positif, namun ada pula individu yang melakukan penyesuaian diri yang salah.

1. Penyesuaian diri secara positif

Seseorang dapat dikatakan memiliki penyesuaian diri secara positif (*well adjustment*) apabila dia mampu memenuhi kebutuhan dan mengatasi masalahnya secara wajar, tidak merugikan diri sendiri dan lingkungannya serta sesuai dengan norma agama.

Penyesuaian diri secara positif ini memiliki karakteristik sebagai berikut (Yusuf dan Juntika, 2005:211) :

a. *Absence of excessive emotionality* (Terhindar dari ekspresi emosi yang berlebih-lebihan, merugikan atau kurang mampu mengontrol diri)
b. *Absence of psychological* (Terhindar dari mekanisme-mekanisme psikologis, seperti rasionalisasi, agresi, kompensasi dan sebagainya)
c. *Absence of the sense of personal frustration* (Terhindar dari perasaan frustasi atau perasaan kecawa karena tidak terpenuhi kebutuhannya)
d. *Rational deliberation and self direction* (Memiliki pertimbangan dan pengarahan diri yang rasional, yaitu mampu memecahkan masalah berdasarkan alternatif-alternatif yang telah dipertimbangkan secara matang dan mengarahkan diri sesuai dengan keputusan yang diambil)
e. *Ability to learn* (Mampu belajar, mampu mengembangkan kualitas dirinya, khususnya yang berkaitan dengan upaya untuk memenuhi kebutuhan dan mengatasi masalah sehari-hari)
f. *Utilization of past experience* (Mampu memanfaatkan pengalaman masa lalu, bercermin ke masa lalu baik yang terkait dengan keberhasilan maupun kegagalan untuk mengembangkan kualitas hidup yang lebih baik)

g. *Realistic, objective attitude* (Bersikap objektif dan realistik, mampu menerima kenyataan hidup yang dihadapi secara wajar, mampu menghindari, merespon situasi atau masalah secara rasional, tidak didasari oleh prasangka buruk atau negatif)

2. Penyesuaian diri yang salah

Kegagalan dalam melakukan penyesuaian diri secara positif dapat mengakibatkan individu melakukan penyesuaian diri yang salah. Penyesuaian diri yang salah ditandai dengan berbagai bentuk tingkah laku yang serba salah, tidak terarah, emosional, sikap yang tidak realistik, agresif dan sebagainya.

Menurut Yusuf dan Juntika (2005:212) bahwa penyesuaian diri yang salah adalah :

> Proses pemenuhan kebutuhan atau upaya pemecahan masalah dengan cara-cara yang tidak wajar atau bertentangan dengan norma yang dijunjung tinggi oleh masyarakat. Dapat juga dikatakan bahwa penyesuaian diri yang salah adalah sebagai tingkah laku abnormal (*abnormal behavior*) terutama terkait dengan kriteria sosiopsikologis dan agama.

Penyesuaian diri yang salah atau tingkah laku yang abnormal ini ditandai dengan respon-respon sebagai berikut (Sunarto, 2008:227-229) :

a. Reaksi bertahan *(Defence reaction)*

Individu berusaha untuk mempertahankan dirinya, seolah-olah tidak menghadapi kegagalan. Bentuk khusus reaksi ini antara lain:

- *Rasionalisasi,* yaitu bertahan dengan mencari-cari alasan untuk membenarkan tindakannya
- *Represi,* yaitu berusaha untuk menekan pengalamannya yang dirasakan kurang enak ke alam tidak sadar.

- *Proyeksi,* yaitu melemparkan sebab kegagalan dirinya kepada pihak lain untuk mencari alasan yang dapat diterima.
- *Sour grapes* (Anggur kecut), yaitu dengan memutarbalikkan kenyataan.
- *Sublimasi,* yaitu pengerahan energi-energi drive atau motif secara tidak sadar ke dalam kegiatan yang dapat diterima secara sosial maupun moral.

b. Reaksi menyerang *(Aggressive reaction)*

Individu yang mempunyai penyesuaian diri yang salah menunjukkkan tingkah laku yang bersifat menyerang atau menutupi kegagalannya. Reaksi-reaksinya tampak dalam tingkah laku :

- Selalu membenarkan diri sendiri
- Mau berkuasa dalam setiap situasi
- Mau memiliki segalanya
- Bersikap senang mengganggu orang lain
- Menggertak baik dengan ucapan maupun dengan perbuatan
- Menunjukkan sikap permusuhan secara terbuka
- Menunjukkan sikap menyerang dan merusak
- Keras kepala dalam perbuatannya
- Bersikap balas dendam
- Memperkosa hak orang lain
- Tindakan yang serampangan
- Marah secara sadis

c. Reaksi melarikan diri *(Escape reaction)*

Dalam reaksi ini orang yang mempunyai penyesuaian diri yang salah akan melarikan diri dari situasi yang menimbulkan kegagalannya, reaksinya tampak dalam tingkah laku sebagai berikut :

- Berfantasi, yaitu memuaskan keinginan yang tidak tercapai dalam bentuk angan-angan, banyak tidur, minum-minuman keras, bunuh diri dan pacandu narkoba.
- Regresi, yaitu kembali kepada tingkah laku yang semodel dengan tingkat perkembangan yang lebih awal (misal, orang dewasa yang bersikap dan berwatak seperti anak kecil)

D. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Proses Penyesuaian Diri

Secara keseluruhan kepribadian mempunyai fungsi sebagai penentu primer terhadap penyesuaian diri. Penentu berarti faktor yang mendukung, mempengaruhi atau menimbulkan efek pada proses penyesuaian. Secara sekunder proses penyesuaian diri ditentukan oleh faktor-faktor yang menentukan kepribadian itu sendiri baik internal maupun eksternal. Penentu penyesuaian identik dengan faktor-faktor yang mengatur perkembangan dan terbentuknya pribadi secara bertahap. Penentu-penentu itu dapat dikelompokkan sebagai berikut (Sunarto, 2008:229) :

1. Kondisi-kondisi fisik, termasuk di dalamnya keturunan, konstitusi fisik, susunan saraf, kelenjar dan sistem otot, kesehatan, penyakit dan sebagainya.
2. Perkembangan dan kematangan, khususnya kematangan intelektual, sosial, moral dan emosional.
3. Penentu psikologis, termasuk di dalamnya pengalaman, belajarnya, pengkondisian, penentu diri *(self determination),* frustasi dan konflik.
4. Kondisi lingkungan, khususnya keluarga dan sekolah.
5. Penentu kultural, termasuk agama.

Pemahaman tentang faktor-faktor ini dan bagaimana fungsinya dalam penyesuaian merupakan syarat untuk memahami proses

penyesuaian diri, karena penyesuaian tumbuh dari hubungan-hubungan antara faktor-faktor ini dan tuntutan individu. *Wallahu A'lam*.

LEAD A SIMPLE LIFE EVEN IN PROSPERITY
Pertahankanlah kesederhanaan hidup sekalipun dalam kemakmuran

BAB 10
PEMAHAMAN DIRI

A. Pengertian Pemaham Diri

Para ahli psikologi dan komunikasi memberikan rumusan tentang pemahaman diri yang dikemukakan Renita Mulyaningsih dan Yusuf Purnomo (2006:46) bahwa konsep diri sebagai gambaran, pandangan, keyakinan dan penghargaan, atau penerimaan diri. Pemahaman diri meliputi semua keyakinan dan penilaian tentang diri sendiri. Hal ini akan menentukan siapa kita dalam kenyataan, tetapi juga menentukan siapa kita menurut pikiran sendiri dan menjadi apa menurut pikiran sendiri. Hal ini sering dialami siswa menilai diri sendiri apa, siapa, dan bagaimana diri saya. Pertanyaan semacam ini merupakan bentuk pencarian konsep diri. Interaksi individu mempengaruhi pencapaian harga diri baik konsep diri negative maupun konsep diri positif.

Pemahaman diri merupakan seluruh pandangan individu akan dimensi fisik, karakteristik pribadinya, motivasinya, kelemahannya, kepandaian dan kegagalannya, atau konsep diri merupakan kerangka kerja untuk mengorganisasikan pengalaman-pengalaman yang diperoleh seseorang. Pemahaman diri menurut Mohamad Surya (2003:50): pemahaman diri merupakan daya yang member arah bagi

seseorang dalam hidupnya, dan tanggung jawabnya penuh terhadap konsekuensi dari perilakunya.

Sedangkan Hurlock (1995:58) memberikan pengerian pemahaman diri sebagai gambaran yang dimiliki orang tentang dirinya, konsep diri ini merupakan gabungan dari keyakinan yang dimiliki individu tentang mereka sendiri yang meliputi karakteristik fisik, psikologis, social, aspirasi dan prestasi.

Dari berbagai pendapat tentang pemahaman diri, dapat diambil kesimpulan bahwa pemahaman diri adalah cara pendang menyeluruh tentang dirinya yang merupakan penilaian tentang diri, bagaimana individu memandang dan menilai diri dalam bersikap dan berperilaku sehingga akan mempengaruhi tindakan dan oandangan yang berdasarkan pada penilaian tentang diri siswa baik kondisi fisik maupun lingkungan terdekat.

B. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Pemahaman Diri

Menurut Renita Mulyaningtyas dan Yusuf Purnomo (2006:54-55) mengemukaan bahwa ada beberapa faktor yang berperan dalam pemahaman diri siswa, yaitu:

1. Pola asuh orang tua
   Pola asu orang tua sangat signifikan dalam membentuk pemahaman diri anak. Sikap positif dan negarif orang tua terbaca oleh anak dan menumbuhkan serta membentuk pemahaman diri anak.

2. Kegagalan
   Kegagalan yang dialami siswa terus menerus manimbulkan pertanyaan kepada diri sendiri dan berakhir dengan kesimpulan bahwa semu penyebab terletak pada kelemahan diri.

3. Depresi

Individu yang mengalami depresi akan mempunyai pemikiran yang cenderung negative dalam memandang dan merespons segala sesuatu termasuk menilai diri sendiri.

4. Kritik internal
   Mengkritik diri sendiri memang dibutuhkan untuk menyadarkan seseorang akan perbuatan yang dilakukan.

5. Mengubah pemahaman diri
   Seringnya persoalan membuat diri siswa untuk berpikir dan mengubah pemahaman diri kearah yang positif.

6. Berpikir positif
   Segala sesuatu tergantung pada cara kita memandang segala sesuatu baik terhadap persoalan maupun terhadap seseorang, artinya kendalikan pikiran jika pikiran itu mulai menyesatkan jiwa dan raga.

7. Jangan memusuhi diri sendiri
   Sikap menyalahkan diri sendiri yang berlebihan merupakan pertanda bahwa ada permusuhan dengan kenyataan diri akan menimbulkan pemahaman diri yang negative.

C. Ciri-ciri Pemahaman Diri

1. Ciri Pemahaman Diri Positif

Menurut Jalaluddin Rahman (2005:105) ciri-ciri pemahaman positif adalah sebagai berikut:

a. Individu yakin akan kemampuan mengatasi masalah. Orang ini mempunyai rasa percaya diri sehingga merasa mampu dan yakin untuk mengatasi masalah yang dihadapi, tidak lari dari masalah dan percaya bahwa setiap masalah pasti ada jalan keluarnya.

b. Individu merasa setara dengan orang lain. Ia selalu merendah diri, tidak sombong, mencela atau meremehkan siapapun dan selalu menghargai orang lain.
c. Individu menerima pujian tanpa rasa malu. Ia menerima pujian tanpa rasa malu, tanpa menghilangkan rasa merendah diri. Jadi meskipun ia menerima pujian ia tidak membanggakan dirinya apalagi meremehkan orang lain.
d. Individu menyadari bahwa setiap orang mempunyai berbagai perasaan, keinginan, perilaku yang tidak semuanya disetujui masyarakat. Ia peka terhadap perasaan orang lain sehingga ia akan menghargai perasaan orang lain meskipun kadang tidak disetujui oleh masyarakat.
e. Individu mampu memperbaiki dirinya karena ia sanggup mengungkapkan aspek kepribadian yang tidak disenangi dan merubahnya. Ia mampu menginstropeksi dirinya sendiri sebelum menginstropeksi orang lain dan mampu untuk menubahnya menjadi yang lebih baik agar diterima di lingkungannya.

Tanda-tanda pemahaman diri positif menurut Jalaluddin Rahmat (dalam D. E. Hamachek, 2005:106), adalah sebagai berikut:

a. Ia meyakini betul-betul nilai-nilai dan prinsip-prinsip tertentu serta bersedia mempertahankannya, walaupun mengahadapi pendapat kelompok yang kuat.
b. Ia mampu bertindak berdasarkan penilaian yang baik tanpa merasa bersalah yang berlebih-lebihan, atau menyesali tindakannya jika orang lain tidak menyetujui tindakannya.
c. Ia tidak menghabiskan waktu yang tidak perlu untuk mencemaskan apa yang akan terjadi besok, apa yang telah terjadi waktu yang lalu dan apa yang sedang terjadi waktu sekarang.
d. Ia memiliki keyakinan pada kemampuannya untuk mengatasi persoalannya, bahwa ketika ia menghadapi kegagalan atau kemunduran.
e. Ia merasa sama dengan orang lain, sebagai manusia tidak tinggi atau rendah walaupun terdapat perbedaan dalam

kemampuan tertentu, latar belakang keluarga, atau sikap orang lain terhadapnya.

f. Ia sanggup menerima dirinya sebagai orang yang oenting dan bernilai bagi orang lain, paling tidak bagi orang-orang yang ia pilih sebahai sahabatnya.
g. Ia dapat menerima pujian tanpa berpura-pura rendah hati, dan menerima penghargaan tanpa merasa bersalah.
h. Ia cenderung menolak usaha orang lain untuk mendominasinya.
i. Ia sanggup mengaku kepada orang lain bahwa ia merasakan berbagai dorongan, keinginan dari perasaan marah sampai cinta dari sedih sampai bahagia.
j. Ia mampu menikmasti dirinya secara utuh dalam berbagai kegiatan yang meliputi pekerjaan dan permainan, ungkapan diri yang kreatif.
k. Ia peka terhadap kebutuhan orang lain pada kebiasaan social yang telah diterima, tidak bias bersenang-senang dengan mengorbankan orang lain.

2. Ciri Pemahaman Diri Negatif

Menurut William D. Brook dan Philip Emmer (dalam Jalaluddin Rahmat, 2005:105) pemahaman diri negative memiliki ciri-ciri sebagai berikut:

a. Individu peka terhadap kritikan
   Orang ini sangat tidak tahan kritik yang diterimanya, dan mudah marah atau naik pitam. Bagi orang ini koreksi seringkali dipersepsikan sebagai usaha untuk menjatuhkan harga dirinya.
b. Individu responsive terhadap pujian
   Walaupun ia mungkin berpura-pura menghindari pujian, ia tidak dapat menyembunyikan antusiasmenya pada menerima pujian.
c. Individu cenderung tidak disenangi orang lain

Ia merasa tidak diperhatikan, karena itulah ia bereaksi pada orang lain sebagai musuh, sehingga tidak dapat melahirkan kehangatan dan keakraban persahabatan.

d. Individu cenderung bersikap hiperkritis
e. Individu bersikap pesimis terhadap kompetensi seperti dalam bersaing dengan orang lain dalam membuat prestasi. Ia menganggap tidak akan berdaya melawan persaingan yang meragukan dirinya. *Wallahu A'lam*.

BUSINESS IS THE SALT OF LIFE
Usaha merupakan gambaran kehidupan

BAB 11
DISIPLIN BELAJAR

A. Pengertian Disiplin Belajar

Disiplin merupakan suatu yang berkenaan dengan pengendaliaanya diri seseorang terhadap bentuk-bentuk aturan. Peraturan yang dimaksud dapat ditetapkan oleh orang yang bersangkutan maupun berasal dari luar. Kata disiplin berasal dari bahasa Inggris "*dicipline*". Dalam Bahasa Arab biasa disebut dengan "*nidhom*" atau "*qanun*". Secara terminologis, disiplin berarti seperangkat aturan, tata tertip, tatanan atau hukum yang mengikat seseorang atau sekelompok orang, untuk dipatuhi dan dijalankan sebagaimana mestinya (Jauhari, tt:1).

Menurut Hurlock (2009:82) "disiplin dari kata yang sama dengan *disciple* yakni seorang yang belajar dari atau secara sukarela mengikuti seorang pemimpin". Dalam arti luas, disiplin mencakup setiap macam pengaruh yang ditujukan untuk membantu anak didik agar dapat memahami dan dapat menyesuaikan diri dengan tuntutan lingkungannya dan juga penting tentang tata cara menyelesaikan tuntutan yang mungkin ingin ditujukan anak didik terhadap lingkungannya.

Dalam pengertian disiplin ini kita mengenal dua istilah yang pengertiannya hampir sama, tetapi terbentuknya sama sekali merupakan urutan. Istilah tersebut yaitu "disiplin" dan "tertib". Disiplin menunjukan kepatuhan oleh adanya kesadaran yang ada pada hatinya. Sedangkan ketertiban menunjukkan kepatuhan seseorang dalam mengikuti peraturan atau disebabkan oleh sesuatu yang datang dari luar. Dengan disiplin, para peserta didik bersedia untuk tunduk dan mengikuti peraturan tertentu dan larangan tertentu. Kesediaan semacam ini harus dipelajari dan harus secara sadar diterima dalam rangka memelihara tugas-tugas sekolah (Dahlan, 2000:57).

Menegakkan disiplin tidak bertujuan mengurangi kebebasan dan kemerdekaan anak didik, akan tetapi sebaliknya ingin memberikan kemerdekaan yang lebih besar kepada anak didik dalam batas-batas kemampuannya. Kalau kebebasan anak didik terlampau dikurangi, dikekang, dengan peraturan-peratuan, maka peserta didik akan berontak dan mengalami frustasi dan kecemasan disekolah. Disiplin banyak digunakan untuk mengontrol tingkah laku anak didik yang dikehendaki agar tugas-tugas di sekolah dapat berjalan dengan optimal.

Menurut Gordon yang dikutib Supriyanto (2006:23) mengatakan bahwa " Disiplin dapat dipakai dan ketetapan atau perilaku yang diperoleh oleh pelatih ". Sesuai dengan uraian mengenai disiplin belajar siswa di atas maka disiplin dibagi menjadi dua, yaitu disiplin dalam proses belajar mengajar dan displin dalam tingkah laku.

B. Macam-macam Disiplin Belajar

Macam-macam disiplin belajar ada tiga hal, (Dahlan, 2000:57) yaitu:

1. Disiplin pribadi atau tingkah laku, antara lain:

Bangun pagi tepat waktu, mengerjakan pekerjaan rumah (PR) tepat waktu dan belajar secara teratur, tidak terlambat pergi ke

sekolah, membantu membersihkan rumah sesuai dengan pembagian tugas masing-masing secara teratur dan tepat waktu, mandi minimal dua kali sehari dan menggosok gigi pada saat bangun tidur, setelah makan, dan menjelang tidur, memakai pakaian seragam seperti yang tercantum dalam perturan sekolah, memberi tempat duduk kepada orangtua atau wanita hamil, bila sedang naik angkutan umum.

2. Disiplin Sekolah

Datang tepat waktu dalam mengikuti pelajaran dilingkungan dan sekolah,. mengikuti jam-jam pelajaran disekolah secara tertib, menggunakan waktu istirahat sekolah dengan sebaik-baiknya, misalnya: keperpustakaan, atau berdiskusi dengan teman-teman, tidak bolos sekolah dengan alasan yang dicari-cari, jika tidak masuk karena sakit hendaknya memberi surat pemberitahuan kepada pihak sekolah, menepati janji dengan teman dan gurunya.

3. Disiplin Nasional

Pengembangan disiplin nasional dapat dilakukan dengan melaksanakan hal-hal sebagai berikut: menaati aturan-aturan pada sarana umum, misalnya jalan raya, stasiun, rumah sakit, dan sebagainya. Mengikuti ketentuan-ketentuan hukum yang dilakukan dengan kesadaran, dan bukan karena takut akan hukuman atau suatu kerugian. Memiliki kesadaran bahwa bangsa dan Negara beserta isinya adalah milik kita bersama. Adanya keteladanan dari para pemimpin masyarakat (misalnya ulama, guru, ketua RT) maupun pemimpin Negara (dari Lurah sampai Presiden, para menteri dan pejabat-pejabat Negara) (Asy-syafi'I, 2009:91).

Kesimpulannya bahwa disiplin dalam belajar merupakan tugas yang mutlak dilakukan oleh siswa, namun demikian tidak lepas dari ajaran agama islam dan tanggung jawab orangtua dan guru yang harus selalu mengawasi dan memantau perkembangan seorang anak, sedangkan disiplin dalam tingkah laku dibedakan menjadi tiga, yaitu displin pribadi, disiplin sekolahan, dan disiplin nasional.

C. Fungsi dan Tujuan Disiplin Belajar

Disiplin atau peraturan merupakan sesuatu yang sangat penting dalam belajar. Sebab disiplin belajar merupakan “alat” untuk mengatur tatanan belajar, sekaligus berfungsi sebagai “daya atau kekuatan” bagi terciptanya kehidupan belajar yang bahagia dan menyenangkan (efektif-efisien). Tanpa disiplin, belajar akan kacau balau dan berantakan. Semua pendidik dan peserta didik, sangat memerlukan disiplin belajar dalam hidupnya, dan tidak mungkin dapat melepaskan diri dari disiplin dan peraturan, kapan saja dan di mana saja. Setiap siswa harus tunduk dan patuh pada disiplin belajar yang berlaku. Bagi siswa yang tidak patuh, pasti akan terkena akibatnya, yakni kegagalan belajar.

Tujuan disiplin belajar siswa menurut Hurlock (2009:123-124) adalah “ Untuk memberitahu kepada anak perilaku mana yang baik dan yang buruk dan mendorongnya untuk berperilaku sesuai dengan standar-standar itu”. Terbentukya disiplin pada diri seseorang tidak lepas dari dorongan yang mempengaruhinya. Dorongan disiplin pada diri seseorang berasal dari dua arah :

1. Dorongan dari diri sendiri yaitu adanya pengetahuan, kesadaran dan kemampuan berbuat disiplin.
2. Dorongan dari diri seseorang yaitu adanya perintah, pengawasan, ancaman, ganjaran, pujian, hukuman.

Suatu dsiplin atau peraturan dianggap baik dan berjalan lancar, apabila memenuhi kriteria-kriteria berikut:

1. Apabila disiplin berlangsung secara konstan, berkelanjutan dan terus-menerus (istiqamah). Tidak ketat pada suatu saat dan longgar pada saat-saat yang lain.
2. Apabila disiplin berjalan atas dasar “kesadaran dan kemauan” yang tinggi dari para pelaku dan penegaknya. Bukan atas dasar tekanan atau paksaan.

3. Apabila disiplin ammpu mendorong timbulnya “motivasi” yang kuat dalam diri para pelakunya untuk meraih prestasi yang menghasilkan karya-karya yang bermanfaat.
4. Apabila disiplin mampu mencegah timbulnya “perbuatan-perbuatan negatif” yang bersumber dari hawa nafsu yang tidak terkendali (Jauhari, tt:6-7).

D. Indikator Disiplin Belajar

Memberikan kedisiplinan pada anak tidak bertujuan mengurangi kebebasan pada anak didik tetapi ingin memberikan kebebasan yang lebih besar dalam batas-batas kemampuannya. Menurut Dahlan (2000:57) “disiplin merupakan kepatuhan oleh adanya kesadaran yang ada pada hati seseorang”. Dengan disiplin para peserta didik bersedia untuk tunduk dan mengikuti peraturan tertentu dan larangan tertentu. Kesediaan semacam ini harus dipelajari dan diterima dalam rangka memelihara tugas-tugas sekolah. Indikasi disiplin belajar antara lain: datang tepat waktu dalam mengikuti pelajaran disekolah, mengikuti jam-jam pelajaran disekolah secara tertib, menggunakan waktu istirahat di sekolah dengan sebaik-baiknya, misal dengan membaca buku di perpustakaan, tidak bolos sekolah dengan alasan yang dicari-cari, menepati janji dengan teman dan guru.

Disiplin banyak digunakan untuk mengontrol tingkah laku anak didik yang dikehendaki agar tugas-tugas disekolah dapat berjalan dengan optimal. Oleh karena itu guru harus dengan sabar dan optimis dalam mendidik siswa-siswinya (Dahlan,2000:60)

E. Teknik-teknik Mendisiplinkan Belajar

Menurut Subrata (2005:56-58) yang harus dilakukan oleh pihak sekolah dalam mendisiplikan belajar siswa antara lain:

1. Peraturan
Peraturan bermanfaat untuk membiasakan anak agar dapat berperilaku sesuai dengan yang diharapkan lingkungan.

2. Konsisten
Cara mendisiplinkan anak konsisten, ajek, tidak selalu berubah-ubah, sianak akan tahu apa yang akan dilakukan dan siapa yang harus ditaati.

3. Hadiah
Hadiah akan mendorong anak akan terus berperilaku apa yang diharapkan lingkungan. Hadiah dapat berupa kata-kata pujian, penghargaan, pemberian barang dan sebagainya.

4. Hukuman
Hukuman bertujuan untuk mencegah tindakan-tindakan yang tidak baik. Hukuman akan bisa menyadarkan anak bahwa setiap perbuatan yang tidak baik menimbulkan konsekuensi.

5. Sebab-sebab Pelanggaran
Pada kenyataan sebab-sebab pelanggaran yang dilakukan oleh anak didik dalam melakukan kegiatan belajar mengajar itu sangat unik, bersifat sangat pribadi, kompleks, dan kadang-kadang mempunyai latar belakang yang mendalam daripada sebab-sebab yang tampak. Walaupun demikian memang ada juga sebab-sebabnya yang bersifat umum, antar lain :

a. Kebosanan dalam kelas merupakan sumber pelanggaran disiplin. Mereka tidak tahu lagi apa yang harus mereka kerjakan, karena yang dikerjakan itu ke itu saja. Harus di usahakan agar anak didik tetap sibuk dengan kegiatan bervariasi sesuai dengan taraf perkembangannya.
b. Perasaan kecewa dan tertekan karena anak didik dituntut untuk bertingkah laku yang sesuai dengan guru.

6. Cara Menaggulangi Pelanggaran
Dalam hal ini kita sebagai calon guru atau pendidik harus tahu bagaimana cara untuk menanggulangi pelanggaran dalam situasi proses belajar mengajar. Dalam menanggualngi pelanggaran disiplin tersebut ada beberapa metode antara lain:

a. Pengenalan anak didik

Makin baik seorang guru mengenal anak didik makin besar kemungkinan untuk mencegah terjadinya pelanggaran disiplin tersebut. Sebaiknya kurang perhatian yang baik dari guru pada anak didik akan memicu terjadinya pelanggaran disiplin disekolah.

Dalam hal ini ada beberapa cara atau sarana yang dapat digunakan oleh seorang guru diantaranya:

- "*Interest Inventory*" merupakan cara sederhana yang dibuat oleh guru. Alat ini berupa sejumlah pertanyaan tentang hobi, favorit apa yang disenangi dan sebagainya.
- "*Sosiogram*" yang dibuat dengan maksud untuk melihat bagaimana persepsi mereka dalam rangka hubungan sosial psikologi dengan teman-temannya.
- "*Fred Book Letter*" dimana peserta didik diminta untuk membuat suatu karangan atau surat-surat tentang perasaan mereka terhadap sekolahannya.

b. Melakukan Tindakan Korektif

Koreksi pengawasan dari guru terhadap anak didik sangat diperlukan dalam mengatasi pelanggaran dalam proses belajar mengajar di sekolah. Seorang guru dituntut untuk melakukan tindakan yang tepat dalam menghentikan perbuatan anak yang melanggar tata tertib yang telah ditentukan. Bila anak didik mengganggu proses belajar mengajar sebaiknya segera dihentikan dan seorang guru berusaha memahami alasan anak didik melakukan tindakan tersebut.

c. Melakukan Tindakan Penyembuhan

Anak didik yang terlanjur melakukan pelanggaran perlu ditangani dengan tindakan penyembuhan sesuai dengan tingkat usia anak didik.

Adapun langkah-langkah yang dapat dilakukan :

- Mengidentifikasi anak didik yang kesulitan untuk dapat menerima dan mengikuti tata tertib atau menerima konsekuensi dari pelanggaran yang dibuatnya.

- Membuat rencana yang diperkirakan paling tepat tentang langkah-langkah yang akan ditempuh dalam mengadakan kontrol dengan anak didik.
- Menetapkan waktu pertemuan dengan anak didik tersebut dengan disetujui bersama oleh guru dan anak didik yang bersangkutan.,
- Guru berusaha untuk membawa anak didik pada masalahnya yaitu pelanggaran terhadap peraturan yang berlaku disekolah.
- Pertemuan dengan anak didik harus disampaikan dengan pemecahan masalah dan sampai kepada "Kotak Individual".
- Melakukan kegiatan tindak lanjut (Ahmadi, 2008:30)

Menegakkan disiplin tidak bertujuan mengurangi kebebasan dan kemerdekaan anak didik, akan tetapi sebaliknya ingin memberikan kemerdekaan yang lebih besar kepada anak didik dalam batas-batas kemampuannya. Kalau kebebasan anak didik terlampau dikurangi, dikekang, dengan peraturan-peraturan, maka peserta didik akan berontak dan mengalami frustasi dan kecemasan disekolah. Disiplin banyak digunakan untuk mengontrol tingkah laku anak didik yang dikehendakai agar tugas-tugas disekolah dapat berjalan dengan optimal.

Disiplin belajar siswa menunjukkan kepatuhan oleh adanya kesadaran yang ada pada hatinya. Sedangkan ketertiban menunjukkan kepatuhan seseorang dalam mengikuti peraturan atau disebabkan oleh sesuatu yang datang dari luar. Dengan disiplin, para peserta didik bersedia untuk tunduk dan mengikuti peraturan tertentu dan larangan tertentu. Kesediaan semacam ini harus dipelajari dan harus secara sadar diterima dalam rangka memelihara tugas-tugas sekolah (Dahlan, 2005:57)

Sesuai dengan uraian mengenai disiplin siswa di atas, maka disiplin dibagi menjadi dua, yaitu disiplin dalam proses belajar mengajar dan disiplin dalam tingkah laku. *Wallahu A'lam.*

BAB 12
KECEMASAN MENGUNGKAPKAN PENDAPAT

A. Pengertian Kecemasan

Pengertian kecemasan dalam kamus psikologi adalah kekhawatiran yang kurang jelas atau tidak berdasar (kartono, 2006:6). Kecemasan menurut Joesoef (2007:5) adalah "suatu kumpulan gejala yang berdasar rasa takut dimana sumber rasa takutnya adalah terhadap sesuatu yang tidak nyata, tidak jelas yang nama lainnya *yaitu Free floating anxiety*, nonsituasional atau *general anxiety*".

Menurut Sulaeman (2005 :12) bahwa:

> Kecemasan merupakan keadaan psikologis, dimana individu terus menerus berada dalam perasaan khawatir yang di timbulkan oleh *Inner conflict* kekhawatiran yang dialami sebagai suatu ketidaktenteraman yang kabur atau perasaan lain yang kurang baik.

Menurut Morgan (2004:8) bahwa:

> Kecemasan adalah emosional yang tidak menyenangkan yang di tandai dengan perasaan khawatir, terancam akan datangnya bahaya. Individu yang mengalami kecemasan ditandai dengan perubahan pola

somatik dan otonomik yang karakteristiknya seperti banyak keringat, mulut kering, jantung berdebar-debar dan perasaan tertekan secara subyektif.

Berdasarkan beberapa pengertian tersebut dapat disimpulkan bahwa kecemasan adalah suatu keadaan psikologis dimana individu terus-menerus berada dalam perasaan khawatir yang kurang jelas dan menyakitkan yang ditimbulkan oleh *inner conflict* atau ketegangan-ketegangan dalam alat-alat intern.

B. Macam-macam Kecemasan

Menurut Witehead (Hariono, 2003:17) kecemasan terbagi 3 yaitu:

1. Kecemasan normal, terjadi sebelum suatu peristiwa penting atau dalam situasi yang dikenal sebagai pembangkit kecemasan.
2. Kecemasan fobia, yang ditimbulkan oleh obyek atau situasi yang biasanya tidak menyebabkan kecemasan.
3. Kecemasan mengammbang bebas, fenomena fisik dan perasaan terjadi tanpa sebab yang jelas.

Freud (Sumadi Suryabrata, 2003:22) mengemukakan adanya 3 macam kecemasan, yaitu :

1. Kecemasan realistis, adalah ketakutan terhadap bahaya dari dunia luar dan taraf kecemasan sesuai dengan taraf kecemasan yang ada.
2. Kecemasan neurotis, adalah kekuatan terhadap tidak terkendalinya naluri-naluri yang menyebabkan seseorang melakukan suatu tindkan yang bisa mendatangkan hukuman bagi dirinya sendiri.
3. Kecemasan moral, adalah kecemasan kata hati atau ketakutan terhadap hati nurani yang cenderung merasa berdosa bila melakukan sesuatu yang bertentangan dengan norma-norma moral.

Berdasarkan beberapa pengertian di atas dapat disimpulkan bahwa kecemasan dibagi dua, yaitu :

1. Kecemasan yang terjadi sebelum peristiwa penting yang menimbulkan fisik dan perasaan terjadi tanpa sebab yang jelas.
2. Kecemasan terjadi karena adanya ketakutan terhadap bahaya dunia luar serta terhadap tidak terkendalinya naluri-naluri yang menyebabkan seseorang melakukan suatu tindakan yang bisa mendatangkan hukuman bagi dirinya sendiri.

C. Tanda-tanda Kecemasan

Menurut Prasetyono, (2005:32) gejala kecemasan antara lain :

1. Gejala fisik, yaitu ujung-ujung jari terasa dingin, pencernaan kurang teratur, keringat bercucuran, pukulan jantung cepat.
2. Gejala mental atau psikis, yaitu perhatian kurang terpusat, sangat takut, tidak berdaya atau rendah diri.

Hariyono (2005:23), menyatakan bahwa kecemasan bisa menimbulkan detak jantung agak keras, nafas memburu, keluar keringat dingin, perasaan kurang enak di lambung dan rasa kaku di dada. Sedangkan Priest (2004:18), mengeemukakan tanda-tanda kecemasan sebagai berkut: debaran-debaran, gemetar, ketegangan-ketegangan, keringat, gugup dan atau tanda-tanda fisik lain.

Beberapa pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa tanda kecemasan dibagi dua, yatu :

1. Secara fisik yang meliputi : gemetar, keluar keringat, tangan terasa dingin, detak jantung cepat, gangguan pencernaan dan nafas memburu.
2. Secara psikologis meliputi : rendah diri, takut, gugup, kurang dapat konsentrasi, tegang, kurang mampu berbicara.

D. Penyebab Kecemasan

Banyak faktor yang menyebabkan orang mengalami kecemasan. Menurut Kartono (2003:130) "Kecemasan disebabkan oleh rasa-rasa bersalah dan berdosa serta konflik-konflik emosional yang serius dan kronis berkesinambungan, frustasi-frustasi dan ketegangan batin".

Menurut Rumaiah (2003:46), ada empat faktor utama yang mempengaruhi kecemasan, yaitu :

1. Lingkungan, lingkungan atau tempat tinggal mempengaruhi cara berpikir tentang diri sendiri ataupun orang lain, hal ini bisa saja disebabkan pengalaman dengan keluarga, dan lain-lain.
2. Emosi yang ditekan, kecemasan bisa terjadi jika tidak mampu menemukan jalan keluar untuk perasaan dalam hubungan personal.
3. Sebab-sebab fisik, pikiran dan tubuh senantiasa berinteraksi dan dapat menyebabkan timbulnya kecemasan.
4. Keturunan, sekalipun gangguan emosi ada yang ditemukan dalam keluarga-keluarga tertentu, ini bukan merupakan penyebab penting dari kecemasan dapat ditimbulkan oleh konflik-konflik emosional, frustasi-frustasi dan ketegangan-ketegangan batin yang dalam situasi tertentu dianggap sebagai ancaman yang banyak mengandung kemungkinan-kemungkinan buruk.

Kedua pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa penyebab kecemasan, yaitu : rasa bersalah dan berdosa, lingkungan atau tempat tinggal, emosi yang ditekan, sebab-sebab fisik dan kecemasan.

E. Faktor-faktor Kecemasan

Faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan seseorang meliputi beberapa aspek antara lain, terdapat komponen genetik terhadap kecemasan, scan otak dapat melihat perbedaan terutama pada

pasien kecemasan yang respons dengan signal berbahaya, sistem pemrosesan informasi dalam seseorang berjalan dengan singkat (hal ini dapat direspons dengan suatu ancaman sebelum yang bersangkutan menyadari ancaman tersebut), akar dari gangguan kecemasan mungkin tidak akan menjadi pemisahan mekanisme yang menyertainya namun terjadi pemisahan mekanisme yang mengendalikan respons kecemasan dan yang menyebabkan situasi diluar kontrol (Sani, 2012:68).

Proses terjadinya kecemasan Perasaan tidak nyaman atau terancam pada ansietas diawali dengan adanya faktor predisposisi dan faktor presipitasi

5. **Faktor Predisposisi**

Faktor predisposisi adalah faktor resiko yang mempengaruhi jenis dan jumlah sumber yang dapat digunakan individu untuk mengatasi stres. Berbagai teori dikembangkan mengenai factor predisposisi terjadinya ansietas :

a. Biologi (Fisik)

Penelitian terkini berfokus pada penyebab biologis terjadinya ansietas yang berlawanan dengan penyebab psikologis. Beberapa individu yang mengalami episode sikap bermusuhan, iritabilitas, perilaku sosial dan perasaan menyangkal terhadap kenyataan hidup dapat menyebabkan ansietas tingkat berat bahkan ke arah panik. Salah satu faktor penyebab secara fisik yaitu adanya gangguan atau ketidak-seimbangan pada fisik seseorang.

1) Gangguan fisik

Gangguan fisik yang dapat menyebabkan ansietas adalah antara lain *gangguan otak dan saraf* (neurologis) seperti cedera kepala, infeksi otak, dan gangguan telinga dalam, *gangguan jantung*, seperti kelumpuhan jantung dan irama jantung yang abnormal (aritma), *gangguan hormonal* (Endrokrin) seperti kelenjar andrenal atau thyroid terlalu aktif, , *gangguan paru-paru* (pernafasan) berupa asma, paru-paru obstruktif kronis.

2) Mekanisme terjadinya kecemasan akibat gangguan fisik

Pengaturan ansietas berhubungan dengan aktivitas dari *neurotransmmiter Gamma Aminobutyric Acid* (GABA), yang mengontrol aktifitas neuron di bagian otak yang berfungsi untuk pengeluaran ansietas. Mekansime kerja terjadinya ansietas diawali dengan penghambatan *neurotransmmiter* di otak oleh GABA. Ketika bersilangan di sinaps dan mencapai atau mengikat ke reseptor GABA di membran postsinaps, maka saluran reseptor terbuka, diikuti oleh pertukaran ion-ion. Akibatnya terjadi penghambatan atau reduksi sel yang dirangsang dan kemudian sel beraktifitas dengan lamban . Mekanisme biologis ini menunjukkan bahwa ansietas terjadi karena adanya masalah terhadap efisiensi proses neurotransmmiter. Neurotransmiter sendiri adalah utusan kimia khusus yang membantu informasi bergerak dari sel saraf ke sel saraf. Jika neurotransmitter keluar dari keseimbangan, pesan tidak bisa melalui otak dengan benar. Hal ini dapat mengubah cara otak bereaksi dalam situasi tertentu, yang menyebabkan kecemasan.

b. Psikologi

Kecemasan merupakan pengalaman subyektif mengenai ketegangan mental yang menggelisahkan sebagai bentuk reaksi umum dan ketidak-mampuan menghadapi masalah atau munculnya rasa tidak aman pada individu. Kecemasan muncul dikarenakan adanya ketakutan atas sesuatu yang mengancam pada seseorang, dan tidak ada kemampuan untuk mengetahui penyebab dari kecemasan, lemahnya *ego* akan menyebabkan ancaman yang memicu munculnya kecemasan. Freud berpendapat bahwa sumber ancaman terhadap *ego* tersebut berasal dari dorongan yang bersifat insting dari *id* dan tuntutan-tuntutan dari *superego*. Freud juga mengatakan jika pikiran menguasai tubuh maka ini berarti bahwa ego yang menguasai pikiran dan pikiran berkuasa secara mutlak. *ego* disebut sebagai eksekutif kepribadian, karena *ego* mengontrol pintu-pintu ke arah tindakan, memilih segi-segi lingkungan kemana ia akan memberikan respon, dan memutuskan insting-insting manakah yang akan dipuaskan dan bagaimana caranya. Dalam melaksanakan fungsi-fungsi eksekutif ini,

ego harus berusaha mengintegrasikan tuntutan *id, superego,* dan dunia luar yang sering bertentangan. Hal ini sering menimbulkan tegangan berat pada *ego* dan menyebabkan timbulnya kecemasan. Freud membagi teori kecemasan menjadi 3 yaitu :

- *ID/Impulse anxiety* : perasaan tidak nyaman pada anak
- *Saparation anxiety* : pada anak yang merasa takut akan kehilangan kasih saying orangtuanya
- *Cstration anxiety* : merupakan fantasi kastrasi pada masa kanak-kanak yang berhubungan dengan pembentukan impuls seksual
- *Super Ego anxiety* : pada fase ahkir pembentukan super ego yaitu pre pubertas.

c. Sosial Budaya

Cara hidup orang di masyarakat juga sangat mempengaruhi pada timbulnya ansietas. Individu yang mempunyai cara hidup sangat teratur dan mempunyai. falsafah hidup yang jelas maka pada umumnya lebih sukar mengalami ansietas. Budaya seseorang juga dapat menjadi pemicu terjadinya ansietas. Hasil survey yang dilakukan oleh Mudjadid,dkk tahun 2006 di lima wilayah pada masyarakat DKI Jakartadidapatkan data bahwa tingginya angka ansietas disebabkan oleh perubahan gaya hidup serta kultur dan budaya yang mengikuti perkemba. Namun demikian, factor predisposisi di atas tidaklah cukup kuat menyebabkan sesorang mengalami ansietas apabila tidak disertai factor presipitasi (pencetus)

1. **Faktor Presipitasi**

Stresor presipitasi adalah stimulus yang dipersepsikan oleh individu sebagai tantangan, ancaman atau tuntutan yang membutuhkan energi ekstra untuk koping. Faktor presipitasi dapat dikelompokkan menjadi 3 (tiga), yakni :

a. Biologi (fisik)

Salah satu penyebab biologis yang dapat menimbulkan ansietas yaitu gangguan fisik. Kecemasan yang sudah mempengaruhi atau terwujud pada gejala-gejala fisik, dapat mempengaruhi

system syaraf , misalnya tidak dapat tidur, jantung berdebar-debar, gemetar, perut mual, dan sebagainya.
Gangguan fisik dapat mengancam integritas diri seseorang. Ancaman tersebut berupa ancaman eksternal dan internal. Ancaman eksternal yaitu masuknya kuman, virus, polusi lingkungan, rumah yang tidak memadai, makanan, pakaian, atau trauma injuri. Sedangkan ancaman internal yaitu kegagalan mekanisme fisiologis tubuh seperti jantung, sistem kekebalan, pengaturan suhu, kehamilan dan kondisi patologis yang berkaitan dengan mentruasi.

b. Psikologis
Penanganan terhadap integritas fisik dapat mengakibatkan ketidak-mampuan psikologis atau penurunan terhadap aktivitas sehari-hari seseorang (Stuart & Laraia, 2005; Agustarika, 2009). Demikian pula apabila penanganan tersebut menyangkut identitas diri, dan harga diri seseorang, dapat mengakibatkan anacaman terhadap *self system.*
Ancaman tersebut berupa ancaman eksternal, yaitu kehilangan orang yang berarti, seperti : meninggal, perceraian, dilemma etik, pindah kerja, perubahan dalam status kerja; dapat pula berupa ancaman internal seperti: gangguan hubungan interpersonal di rumah, disekolah atau ketika dalam lingkungan bermainnya. Kecemasan seringkali berkembang selama jangka waktu panjang dan sebagian besar tergantung pada seluruh pengalaman hidup seseorang

F. Pengertian Mengemukakan Pendapat

Pengertian mengemukakan menurut kamus besar bahasa Indonesia yaitu Melahirkan perasaan hati, menunjukkan, membuktikan, menyingkapkan dan kesimpulan (sesudah mempertimbangkan, menyelidiki dan sebagainya) (Pusat pembinaan dan pengembangan bahasa, 2003 : 1105).

Pengertian mengemukakan menurut kamus bahasa Indonesia yang diterbitkan oleh departemen pendidikan dan kebudayaan, yaitu : " (a) pikiran anggapan, (b) buah pikiran atau perkiraan (c) orang yang bermula-mula menemukan atau menghasilkan (d) kesimpulan" (Pusat pembinaan dan pengembangan bahasa, 2003:185).

Berdasarkan pengertian diatas, maka dapat disimpulkan bahwa mengemukakan pendapat adalah sikap untuk menyatakan, memaparkan, menerangkan, menguraikan hasil pikiran atau perkiraan untuk meletakkan hubungan arti antara dua pengertian atau lebih menjadi satu kalimat.

G. Proses Pembentukan Pendapat

Menurut Sujanto (2004:60) proses pembentukan pendapat dibentuk dari : pengertian-pengertian. Pengertian itu sendiri adalah suatu alat pembatu berfikir untuk mendapatkan pandangan yang kongkrit dari kenyataan-kenyataan.

Menurut Ahmad dan Umar (2002:42) proses pembentukan pendapat yaitu :

1. Menyadari adanya tanggapan/pengertian, karena tidak mungkin kita membentuk pendapat tanpa menggunakan pengertian/tanggapan.
2. Menguraikan tanggapan/pengertian, misalnya : kepada seorang anak kita berikan sepotong karton kuning berbentuk segi empat. Dari tanggapan yang majemuk itu (sepotong karton, persegi empat) dianalisa, bila anak tersebut ditanya, apakah yang kamu terima?, mungkin jawabannya hanya karton kuning.
3. Menguraikan hubungan logis antara bagian-bagian setelah sifat-sifat di analisa, berbagai sifat dipisahkan tinggal dua pengertian saja yang kemudian satu sama lain di hubungkan, misalnya menjadi " karton kuning". Beberapa pengertian yang dibentuk menjadi suatu pendapat yang dihubungkan dengan sembarang tidak akan menghasilkan suatu hubungan yang logis yang tidak

dapat dinyatakan dalam suatu kalimat yang benar. Suatu kalimat dicirikan dengan : (a) ada pokok (subyek), (b) ada sebutan (predikat) dan selamanya pokok selalu diterangkan (d) oleh sebutan atau sebutan selalu menerangkan (m) pokok.

Beberapa pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa proses pembentukan pendapat yaitu menyadari, menguraikan adanya anggapan/pengertian dan menentukan hubungan logis antar bagian-bagian yang dituangkan dalam bentuk kalimat yang terdiri dari pokok kalimat dan sebutan.

H. Macam-macam Pendapat

Ahmadi dan Umar (2002:118) mengemukakan macam-macam pendapat dapat diuraikan sebagai berikut:

1. Pendapat tunggal, bila dalam rangkaian kata-kata dari 2 pengertian yang dirangkum menjadi satu kalimat, misalnya rumah itu besar.
2. Pendapat majemuk, bila suatu rangkaian kata-kata terdiri dari 2 pengertian yang dirangkum menjadi beberapa pendapat, misalnya rumah itu besar dan sekarang dibongkar.

Menurut Suryanto (2003:24) pendapat dapat dibedakan : (a) pendapat subjektif yaitu pendapat pendapat yang tidak dapat dibuktikan, hanya berdasarkan "rasa" (b) pendapat obyektif yaitu pendapat yang didasarkan pada pertimbangan, penilaian, atau pandangan yang sedapat-dapatnya obyektif.

Menilik dari uraian macam-macam pendapat yang telah dijelaskan oleh kedua tokoh di atas, dapat disimpulkan bahwa ada pendapat positif, negatif, tunggal, majemuk, subjektif dan pendapat obyektif. *Wallahu A'lam*.

BAB 13
SELF ESTEEM (PERCAYA DIRI)

A. Pengertian *Self Esteem*

Secara umum, *self esteem* diartikan sebagai harga diri atau menghargai diri sendiri. Dalam pembicaraan sehari-hari lebih sering dikaitkan dengan penghargaan terhadap diri baik itu diri sendiri maupun orang lain yang dinilai melalui perilaku orang yang bersangkutan. Harga diri itu sendiri mengandung arti suatu hasil penilaian individu terhadap dirinya yang diungkapkan dalam sikap dan bersifat positif dan negative. Bagaimana seseorang menilai tentang dirinya sendiri, akan mempengaruhi perilakunya dalam kehidupan sehari-harinya (Tambunan, 2001:19).

Coopersmith (dalam Mangantes, 2005:28) mengemukakan *self esteem* adalah evaluasi yang dilakukan oleh individu yang mengandung adanya penghargaan terhadap dirinya sendiri. Mengekspresikan sikap menyukai atau tidak menyukai dan mengindikasikan apakah individu mempercayai bahwa dirinya mampu siknifikansi atau berarti, sukses, dan berharga. *Self esteem* merupakan penilaian pribadi tentang keberhargaan individu yang diwujudkan dalam sikap dan perilaku individu. *Self esteem* merupakan pengalaman subjektif dimana individu menunjukkan pada orang lain dalam bentuk ucapan verbal atau perilaku yang tampak.

Sedangkan menurut Severe (2002:76) harga diri adalah sikap atau pendapat seseorang tentang dirinya sendiri. Orang yang mempunyai harga diri yang sehat akan menghargai diri mereka sendiri. Mereka dapat mengendalikan tingkah laku mereka dan yakin terhadap keputusannya. Sedangkan individu dengan rasa harga diri yang buruk mempunyai rasa hormat yang rendah terhadap dirinya sendiri. Mereka tidak yakin dengan tindakan dan keputusannya sendiri. *Self esteem* adalah sebuah fakta, yang artinya adalah bagaimana cara kita memandang dan merasakan tentang diri kita sendiri yang kemudian akan mempengaruhi dalam kita berperilaku. Opini ini dapat terbentuk melalui pengalaman dalam keluarga, sekolah, di sekolah, dari hubungan pertemanan dan lingkungan sosial kita.

Dengan demikian maka *self esteem* diartikan sebagai harga diri atau menghargai diri sendiri, dan merupakan penilaian pribadi tentang keberhargaan individu yang diwujudkan dalam sikap dan perilaku individu. Semakin tinggi *self esteem* yang dimiliki siswa, maka semakin baik pula perilaku mereka dalam menghargai dirinya sendiri.

B. Sebaran Tingkat *Self Esteem*

Sebaran *sefl esteem* dalam hal ini merupakan sebaran *self esteem* menurut hasil penelitian para ahli menyangkut kebermacaman tingkat *self esteem.* Kebermacaman tingkat self esteem tersebut menggambarkan perbedaan tingkat *self esteem* yang dimiliki seseorang yang mencakup ukuran tinggi, sedang, dan rendah. Serta pengaruhnya terhadap kehidupan individu.

Menurut Furhmann (2000:36), setiap manusia memiliki global *self esteem* dan temporal self esteem. Global *self esteem* merupakan evaluasi mengenai diri kita secara keseluruhan, sedangkan temporal *self esteem* merupakan evaluasi mengenai diri kita yang muncul pada saat–saat tertentu. Misalkan seorang remaja yang cerdas, berkompeten dan konsisten, terkadang remaja tersebut dikenal memiliki perasaan inkompeten ketika dia mendapatkan niali tes yang buruk atau telah

melakukan sesuatu yang memalukan dilingkungan sosialnya. Remaja tersebut dikenal memiliki *self esteem* yang tinggi, namun karena remaja tersebut mendapatkan nilai tes yang buruk atau telah melakukan sesuatu yang memalukan dilingkungan sosialnya, remaja tersebut menerima *self evaluation* dirinya yang bersifat sementara yaitu penilaian negatif dari lingkungan yang sebenarnya yang tidak berdampak lama, namun bila secara keseluruhan seorang remaja memiliki *self esteem* yang rendah maka kesalahan yang sifatnya sementara tersebut akan dapat memperkuat munculnya atau menetapnya evaluasi diri atau *self esteem* yang rendah.

Berkaitan dengan rendahnya *self esteem*, Virgia Sater (Rocco Cottone, 2000:26) juga menjelaskan tentang pengaruh rendahnya *self esteem* terhadap relasi antar individu antara lain: komunikasi yang tidak efektif antar individu, ketergantungan kepada orang lain, kurang bisa mandiri, serta kurang dapat beradaptasi dengan lingkungan baru. Sedangkan individu yang memiliki *self esteem* yang rendah menurut Cooper Smith (dalam Hernawati, 2006:137) akan memiliki penilaian negatif terhadap dirinya, inferior, memiliki sifat malu–malu dan takut-takut, benci terhadap dirinya sendiri, tidak menerima dirinya dan terlalu tunduk atau patuh pada orang lain dan cenderung memunculkan perilaku yang menyimpang.

Tinggi rendahnya *self esteem* seseorang juga dipengaruhi oleh beberapa hal. Terbentuknya *self esteem* menurut Cooper Smith (dalam Mangantes, 2005:75) dipengaruhi oleh: karakteristik pengasuhan, latar belakang sosial, karakteristik subjek, riwayat awal dan pengalaman, serta hubungan antara orang tua dan anak. Seseorang yang memiliki *self esteem* yang tinggi akan menyukai dirinya sendiri, lebih bersemangat, mampu menghadapi tantangan, dan merasa sejajar dengan orang lain. Harga diri merupakan penilaian dan penghargaan seseorang dan penilaian orang terhadap dirinya sendiri yang kemudian akan dapat mempengaruhi bagaimana individu tersebut bertingkah laku dalam kehidupan sehari–hari. Seseorang yang memiliki *self esteem* yang tinggi akan lebih bersemangat, lebih mandiri, lebih mampu dan berdaya, sanggup menerima tantangan, lebih percaya diri, tidak mudah menyerah dan putus asa, bertanggung jawab, mampu

menghadapi kehidupan yang lebih baik, dan merasa sejajar dengan orang lain.

C. Aspek *Self esteem*

Menurut Coopersmith (2005:79) terdapat empat aspek *self esteem* yaitu signifikansi (*significance*), kekuatan *(power*), kompetensi (*competence*), dan kebajikan (*virtue*). Hal tersebut dijelaskan sebagai berikut:

1. Signifikansi (*Significance)*

Signifikansi menunjukkan adanya pengakuan, kepedulian dan perhatian sehingga diterimanya keberadaan individu oleh orang lain yang mengindikasikan adanya penerimaan dan popularitas individu dari lingkungan sosialnya. Penerimaan dari lingkungan ditandai dengan adanya kehangatan, respon yang baik dari lingkungan dan ketertarikan lingkungan terhadap individu serta menyukai individu sebagaimana adanya diri individu. Menurut Coopersmith (2005:82), penerimaan dari orangtua terhadap anaknya juga penting untuk mengembangkan *self esteem* bagi anak. Penerimaan ini ditandai dengan adanya peningkatan dukungan atau dorongan dari orang tua disaat anak membutuhkan atau sedang masa krisis, adanya ketertarikan orangtua terhadap aktivitas dan ide anak, penuh perhatian dan adanya rasa persahabatan dari orangtua terhadapan anak serta penuh kelembutan. Efek dari perlakuan dan ekspresi cinta tersebut akan dapat menimbulkan rasa berarti pada anak yang merupakan refleksi dari *self esteem* anak yang didapat dari orang lain.

2. Kekuatan (*Power*)

Kekuatan menunjukkan adanya kemampuan individu untuk bisa mengatur dan mengontrol tingkah lakunya sendiri dan memliki perasaan memiliki kelebihan atau keistimewaan yang tidak dimiliki oleh orang lain. Kekuatan ini dinyatakan dengan adanya individu dapat mengendalikan dirinya sendiri dalam situasi apapun membantu

anaknya akan menimbulkan kekuatan pada diri anak. Dampak dari adanya pengakuan akan kelebihan pada diri anak akan membantu anak untuk mengembangkan penilaian yang positif terhadap pandanganya sendiri dan mampu untuk bertahan dari tekanan buruk dari lingkungan dan dari keinginan-keinginan serta kebutuhan yang bersifat negatif dari anak. Perlakuan dari orangtua akan membantu anak mengembangkan perilaku sosial yang tenang, memiliki jiwa kepemimpinan dan memiliki jiwa yang penuh semangat serta pengendalian diri yang baik oleh anak.

3. Kompetensi (*Competence*)

Kompetensi menunjukkan adanya performa yang tinggi untuk memenuhi kebutuhan pencapaian prestasi (*achievement*) dimana level dan tugas-tugas tersebut tergantung pada variasi usia individu. Menurut Coopersmith (2005:91) dengan munculnya dukungan rasa mampu pada diri anak atau dengan memfasilitasi dan mengondisikan lingkungan agar anak berkembang, maka orangtua telah membantu meningkatkan usaha anak untuk mencapai/ meraih prestasi yang diinginkan.

4. Kebajikan (*Virtue*)

Kebajikan ditandai dengan adanya suatu ketaatan untuk mengikuti standar moral dimana individu akan menjauhi tingkah laku yang harus dihindari dan melakukan tingkah laku yang diperbolehkan atau diharuskan oleh moral, etika, dan agama. Biasanya orangtua memberikan petunjuk, peraturan filosofi yang diwujudkan dalam tingkah laku yang harus ditaati oleh anak-anaknya. Misalnya larangan untuk mencuri, larangan bertindak merusak, larangan melakukan aktivitas seksual sebelum waktunya, batasan diet, perintah untuk berperilaku hormat pada orangtua dan orang lain, perintah untuk beribadah secara teratur dan patuh pada orangtua. Individu taat terthadap standar etika, moral, dan agama diasumsikan memilki sikap yang positif dan akhirnya akan membuat penilaian dirinya yang artinya individu telah mengembangkan *self esteem* yang positif pada dirinya sendiri.

D. Faktor-faktor yang Mempengaruhi *Self esteem*

Terbentuknya *self esteem* menurut Coopersmith (2000:26) dipengaruhi oleh beberapa hal, yaitu:

1. Latar Belakang Sosial

Latar belakang sosial merupakan seperangkat pengalaman, norma atau aturan, nilai yang menjadi tolak ukur seorang individu untuk melakukan tugas- tugas sosialnya. Latar belakang sosial ini meliputi:

a. Kelas sosial

Kelas sosial merupakan aspek yang berhubungan dengan status sosial ekonomi. Kelas sosial secara umum diklasifikasikan dalam tiga tingkatan yaitu kelas atas, kelas menengah, dan kelas bawah. Tingkat pendidikan, pekerjaan, dan pendapat keluarga, akan menempatkan individu dalam kedudukan kelas sosial tertentu dalam masyarakat yang kemudian akan mempengaruhi *self esteem* seseorang.

Orang tua yang berada pada kelas sosial atas mempengaruhi terbentuknya *self esteem* yang tinggi pada anak. Anak akan merasa bangga dan merasa dirinya berharga karena kebutuhannya selalu terpenuhi dan bisa menikmati fasilitas yang dimiliki oleh orang tuanya. Anak yang berasal dari kelas sosial menengah memiliki *self esteem* menengah pula. Hal ini disebabkan orangt ua dapat memberikan kebutuhan anak secukupnya. Anak yang berasal dari orangtua kelas sosial bawah merasa dirinya tidak berharga karena orangtuanya tidak memperoleh pendapatan yang cukup untuk memenuhi kebutuhannya yang dianggap paling perlu dalam kehidupannya.

b. Agama

Agama sebagai kepercayaan ritual telah terorganisasi secara sosial dan diperlakukan oleh anggota masyarakat. Setiap agama memiliki jumlah pemeluk dan nilai-nilai yang berbeda dengan agama lain. Hal tersebut dapat berpengaruh pada *self esteem* seseorang. Anak yang berasal dari agama yang dianut mayoritas anggota

masyarat akan mempunyai pengaruh yang berbeda dengan mereka yang agamanya dianut oleh kaum minorotas. Demikian pula dengan ketaatan seseorang terhadap nilai-nilai agama yang dianutnya membuat dirinya memiliki rasa bangga dan bahagia. Perasaan bangga ini membuat individu memiliki *self esteem* yang tinggi.

c. Riwayat pekerjaan orang tua

Orang tua yang memiliki pekerjaan tetap dan dapat meraih prestasi dalam pekerjaanya akan memberikan rasa aman dan bangga pada anak. Keadaan seperti ini membuat anak menilai dirinya sendiri secara positif. Sebaliknya, orangtua yang pekerjaanya tidak menentu atau pernah mengalami masalah dalam pekerjaannya, bahkan pernah dipecat pada jabatan tertentu, akan berdampak pada diri anak dan akibatnya mempengaruhi cara penilaian anak terhadap dirinya sendiri. Anak akan merasa malu, tidak memiliki harga diri, dan tidak berguna baik bagi dirinya sendiri maupun orang lain. Hal ini menyebabkan anak memiliki *self esteem* rendah.

2. Karakter Pengasuhan

Karakteristik pengasuhan merupakan ciri khas atau keberbedaan pola perilaku yang diterapkan pada anak dan bersifat relatif konsisten dari waktu ke waktu. Pola perilaku ini dirasakan dan dipersepsikan oleh anak dari segi positif dan negatif. Hal ini meliputi hal-hal sebagai berikut:

a. *Self esteem* dan stabilitas ibu

Hubungan emosional anak dan ibu biasanya sangat dekat sehingga apa yang dirasakan oleh ibu akan dilihat dan dihayati oleh anak akhirnya akan mempengaruhi kepribadian anak termasuk *self esteem*nya. Studi yang dilakukan oleh Coopersmith (dalam Mangantes,2005:33) menunjukan sebesar 75% anak yang memiliki *self esteem* tinggi berasal dari ibu yang memiliki *self esteem* rata-rata dan diatas rata-rata. Sedangkan 63% anak yang memiliki *self esteem* rendah berasal dari ibu yang memiliki *self esteem* dibawah rata-rata.

b. Nilai-nilai pengasuhan

Menerapkan nilai-nilai yang positif pada anak perlu dilakukan orangtua. Dalam proses sosialisasi terkadang anak memiliki sikap atau pendirian yang bertentangan dengan ketentuan sosial, maka dari itu orangtua dituntut untuk meluruskan kembali sikap dan perilaku anak yang kurang tepat tersebut. Bila orangtua gagal menangani perilaku, maka orangtua dianggap telah gagal dalam mengembangkan *self esteem* yang tinggi pada diri anak mereka.

c. Riwayat perkawinan

Remaja yang berasal dari keluarga yang kacau biasanya lebih banyak mengalami kesulitan dalam hubungan sosial daripada remaja yang berasal dari keluarga yang utuh. Keadaan orangtua yang seperti itu menyebabkan sulit bagi anak untuk menerima kenyataan yang pada akhirnya berpengaruh pada tingkat *self esteem* remaja itu sendiri. Anak akan merasa malu, bingung dan takut terhadap masa depan dan kehidupannya karena kehilangan perasaan percaya diri. Lifshtz (dalam Hanati, 2003:27) mengemukakan bahwa anak remaja yang berasal dari keluarga kacau (gagal) akan lebih banyak mengalami kesulitan dalam berhubungan sosial, lebih penakut, dan lebih sulit mengontrol jasmaniahnya daripada anak dari keluarga yang utuh.

d. Perilaku peran pengasuhan

Anak yang memiliki *self esteem* yang tinggi biasanya berasal dari ayah dan ibu yang berperan sama dalam mengasuh anak-anaknya. Perbedaan peran antara ayah dan ibu dalam mengasuh anak menyebabkan anak menjadi bingung, tidak tahu mana yang harus didengar atau dipatuhi, apakah ayah atau ibu. Demikian pula halnya dengan orangtua yang tidak dapat melakukan perannya sebagai orangtua bagi anak-anaknya. Keadaan ini mempengaruhi perkembangan pribadi anak dan menyebabkan terbentuknya *self esteem* yang rendah pada diri anak.

e. Interaksi ayah dan ibu

Pola interaksi antara ayah dan ibu yang kasar dan keras dihadapan anak-anaknya akan terbaca oleh anaknya dan membuat mereka merasa tidak nyaman, tegang, takut, dan tidak memiliki rasa percaya diri yang tinggi.

3. Karakteristik Subjek

Karakter subjek merupakan kekhususan atau ciri khas individu yang selalu membedakan individu satu dengan individu yang lain. Karakteristik subjek mengandung pengertian bahwa individu adalah pribadi yang berdiri sendiri dan unik. Karakter subjek terdiri dari:

a. Atribut Fisik

Permasalahan yang sering dialami remaja adalah atribut fisik. Postur tubuh yang dinilai kurang ideal oleh orang lain maupun diri sendiri terkadang menyebabkan remaja malu untuk berhubungan dengan orang lain, tidak percaya diri, cenderung menjadi pendiam (introvet) dan malas bergaul. Keadaan tersebut dapat mempengaruhi kepribadiannya termasuk *self esteem* yang dimilikinya, mereka akan menilai dirinya sebagai orang yang tidak memiliki harga diri yang positif.

b. Kemampuan umum

Inteligensi atau kemampuan umum dapat mempengaruhi *self esteem* seseorang. Bila individu-individu memiliki intelengensi yang tinggi maka ia akan memiliki gambaran yang pasti tentang dirinya sebagai orang yang mampu menghadapai tantangan baru, memiliki rasa percaya diri, harga diri, serta tidak putus asa apabila menghadapi kegagalan. Individu seperti ini dapat digolongkan sebagai orang yang memiliki *self esteem* tinggi. Sebaliknya orang yang memiliki kemampuan umum dibawah rata-rata akan memandang dirinya sebagai orang yang tidak berguna dan tidak berharga bagi dirinya dan orang lain. Dia selalu merasa takut menghadapi tantangan yang baru, tidak aktif, dan cepat putus asa dalam menghadapi kesulitan. Individu seperti ini adalah orang yang memiliki *self esteem* rendah

c. Pernyataan sikap diri

Seseorang yang menilai dan menyatakan dirinya sebagai orang yang tidak mampu melakukan tugas-tugas yang dibebankan kepadanya, maka ia akan mengembangkan perasaan inferior, tidak bernilai dan sering merasa sedih, depresi, malas, dan murung.

Keadaan seperti ini akan berpengaruh pada terbentuknya *self esteem* yang negatif.

d. Masalah dan penyakit

Menurut Coopersmith (2005:34) orang yang *self esteem*nya cenderung rendah, sering melaporkan bahwa dirinya sering mengalami beberapa gejala seperti penyakit menular, penyakit turunan, menurunnya nafsu makan dan lebih gelisah daripada orang lain. Hal ini disebabkan karena individu secara terus menerus merasa bahwa penyakit yang dialami sebagai masalah serius. Dengan demikian ia akan mengembangkan perasaan terhadap dirinya sebagai orang yang tidak berharga dan tidak berguna bagi dirinya sendiri dan orang lain.

e. Nilai-nilai diri

Setiap orang menginginkan penilaian positif terhadap dirinya, akan tetapi dalam kehidupan sosial pada umumnya tidak semua orang selalu dapat memberikan penilaian yang positif terhadap dirinya sendiri. Hal ini disebabkan adanya perbedaan individu. Individu yang selalu memandang dirinya sebagai orang yang lebih atau sama dengan orang lain cenderung dapat mengembangkan *self esteem* yang positif dalam dirinya.

f. Aspirasi

Hal yang berhubungan dengan aspirasi adalah keberhasilan. Istilah keberhasilan memiliki makna yang berbeda untuk setiap orang. Orang yang mencapai keberhasilan sesuai dengan aspirasi atau harapannya akan merasa bangga dan menilai dirinya sebagai orang yang memilki kemampuan, berharga dan berguna baik untuk dirinya dan orang lain. Indivudu yang mengalami keadaan seperti ini akan memilki *self esteem* yang tinggi. Sebaliknya, rasa tidak berhasil dari usahanya dapat menimbulkan kekecewaan dan merasa dirinya sebagai orang yang tidak akan pernah berhasil karena tidak memilki kemampuan dan tidak berguna bagi dirinya sendiri dan orang lain. *Wallahu A'lam*.

BAB 14
PEMILIHAN KEGIATAN EKSTRAKURIKULER

A. Pengertian Kegiatan Ektrakurikuler

Kegiatan pada hakikatnya merupakan cara pemenuhan kebutuhan, terutama dalam mengembangkan potensi dan bakat. Keraguan dan kesulitan siswa selama menekuni studinya dalam pemilihan program ektrakurikuler di sekolah, disebabkan diantara para siswa kurang memahami potensi, bakat yang ada pada dirinya. Sedangkan ektrakurikuler tidak selamanya dapat membantu dalam meningkatkan potensi atau tidak akan membawa manfaat yang optimal, bahkan akan menjadi duri pada siswa itu sendiri, jika dalam pemilihannya ada unsur paksaan di dalam mengikuti program ektrakurikuler dan notabenenya bukan kesenangan sendiri dan tidak pula keinginan yang hanya memenuhi peraturan sekolah atau pula dipilih secara serampangan bahkan hanya untuk mengikuti teman. Maka dari itu, ketepatan pemilihan kegiatan ektrakurikuler yang dilaksanakan di sekolah hendaknya sesuai dengan potensi bakat dan minat siswa, sehingga program sekolah dapat berjalan dengan maksimal.

Suwardi. dkk (2010:19) mengatakan bahwa pengertian kegiatan ektrakurikuler adalah:

kegiatan pengayaan berkaitan dengan program kurikulum yang bertujuan untuk memantapkan pembentukan kepribadian serta memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk mengembangkan dan mengekpresikan diri sesuai dengan kebutuhan, bakat dan minat.

Sukmadinata (2003:4) menyebutkan:

> Pendidikan berfungsi mengembangkan apa yanbg secara potensial dan actual yang telah dimiliki peserta didik,sebab peserta didik bukanlah gelas kosong yang harus diisi dari luar.Mereka telah memiliki Sesutu sedikit atau banyak,telah berkembang teraktualisasi atau sama ssekali masih kuncup(potensial).

Depdiknas, (2006:10) menjelaskan bahwa:

> Kegiatan ektrakurikuler adalah kegiatan pendidikan di luar mata pelajaran dan pelayanan konseling untuk membantu pengembangan peserta didik sesuai dengan kebutuhan, potensi, bakat, dan minat mereka melalui kegiatan yang secara khusus diselenggarakan oleh pendidik dan atau tenaga kependidikan yang berkemampuan dan berkewenangan di sekolah/madrasah

Dari pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa kegiatan ektrakurikuler adalah kegiatan pengayaan berkaitan dengan program kurikulum yang bertujuan untuk memantapkan pembentukan kepribadian serta memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk mengembangkan dan mengekpresikan diri sesuai dengan kebutuhan, potensi, bakat dan minat.

B. Tujuan Ektrakurikuler

Ektrakurikuler memiliki tujuan sebagai berikut (Depdiknas, 2006:17):

1. Tujuan umum

Tujuan umum dari ektrakurikuler adalah adalah untuk memberi kesempatan peserta didik untuk mengembangkan dan mengekspresikan diri sesuai dengan kebutuhan,potensi bakat, minat, kondisi, dan perkembangan peserta didik sesuai dengan kondisi sekolah.

2. Tujuan khusus
   Tujuan khusus dari kegiatan ektrakurikuler adalah untuk menunjang pendidikan peserta didik dalam mengembangkan bakat, minat, kreatifitas, kopetensi dan kebiasaan dalam kehidupan, kemampuan kehidupan beragama,kemampuan social, kemampuan belajar, wawasan dan perencanaan karier, kemampuan pemecahan masalah dan kemandirian

C. Jenis-jenis Kegiatan Ektrakurikuler

1. Baca Tulis Al-Qur'an dan Kajian KeIslaman
   Tujuan:
   - Meningkatkan kemampuan peserta didik dalam membaca dan menulis Al-Qur'an.
   - Meningkatkan pemahaman peserta didik terhadap isi kandungan Al-Qur'an..
   - Miningkatkan pemahaman peserta didik terhadap masalah keagamaan

2. Pramuka
   Tujuan:
   - Memberi wahana kepada peserta didik untuk berlatih berorganisasi
   - Melatih peserta didik agar terampil dan mandiri
   - Melatih peserta didik untuk mempertahankan hidup menanamkan rasa bangga dan cinta terhadap tanah airnya

3. Bola Basket
   Tujuan:

- Mengembangkan prestasi peserta didik dalam bidang bola basket
- Meningkatkan kemampuan dan keterampilan peserta didik dalam permainan bola basket sebagai olahraga prestasi
- Meningkatkan kualitas kesehatan dan sportifitas peserta didik

4. Kader Kesehatan Remaja (KKR)
   Tujuan:
   - Melatih praktik PPPK
   - Mengembangkan jiwa sosial dan peduli pada sesama
   - Mengembangkan sikap kerja sama
   - Membiasakan hidup sehat melalui UKS

5. Bola Voli
   Tujuan:
   - Mengembangkan minat dan bakat peserta didik dalam bidang bola voli sebagai olahraga prestasi
   - Meningkatkan kesehatan fisik dan mental peserta didik
   - Menumbuhkan sportifitas.

6. Karya Ilmiah Remaja (KIR)
   Tujuan:
   - Melatih peserta didik untuk berpikir kritis dan ilmiah
   - Melatih peserta didik terampil dalam menulis karya ilmiah
   - Mengikutsertakan peserta didik dalam berbagai kompetisi/lomba penulisan karya ilmiah (ilmu pengetahuan dan teknologi).

7. Bela Diri
   Tujuan:
   - Mengembangkan minat bakat peserta didik dalam bidang seni beladiri
   - Meningkatkan kesehatan fisik dan mental spiritual peserta
   - Menumbuhkan jiwa keperwiraan dan sosial peserta

8. Terbang Modern

 Tujuan:

- Menyalurkan bakat dan minat peserta didik-siswi yang berhubungan dengan musik yang bernuansa Islami
- Mewujudkan kegiatan Syiar Islami dengan melalui metode musik Qosidah khususnya kepada para peserta didik dan wali murid pada umumnya.
- Menjadikan mampu bersaing dengan sekolah unggul lainnya dalam bidang musik (khususnya bernuansa Islami).

9. *Character Building*/Budi pekerti

 Tujuan:

 Membantu peserta didik dalam menumbuhkan bangunan karakter pribadinya yang positif , kreatif dan inovatif

10. Gemar Baca

 Tujuan:

- Menumbuhkan minat dan kebiasaan membaca pada peserta didik.
- Meningkatkan penguasaan informasi tentang ilmu pengeta-huan, keagamaan, dan fiksi pada peserta didik.
- Melatih keberanian peserta didik untuk presentasi

11. Olimpiade Sains Nasional (OSN)

 Tujuan:

 Memberikan pengetahuan dan keterampilan kepada peserta untuk menguasai dasar-dasar sains dalam rangka persiapan untuk mengukuti event kejuaran sains.

12. Pendidikan Lingkungan Hidup (PLH)

 Tujuan :

 Meningkatkan pengetahuan dan kebiasaan peserta didik untuk menerapkan budaya hidup sehat, cinta dan peduli lingkungan serta alam.

13. Hasta Karya

 Tujuan :

Meningkatkan kreativitas dan produktifitas peserta didik dalam memberdayakan dan mengolah bahan-bahan habis pakai yang ada di sekitar

14. English Club
    Tujuan :
    Meningkatkan kemampuan dan skill peserta didik dalam menguasai keterampilan berkomunikasi dengan menggunakan bahasa asing

15. Seni Baca Al Qur'an
    Tujuan :
    Meningkatan kemampuan peserta didik dalam menguasai seni baca Al-Qur'an dengan benar dan mampu bersaing dalam bidang keagamaan

16. Seni Tari
    Tujuan :
    Menyalurkan bakat dan minat peserta didik dalam bidang kesenian dan menumbuhkan rasa cinta tanah air dengan menjaga tarian-tarian tradisional Indonesia dan menjadikan mampu bersaing dengan lainnya dalam bidang seni.

D. Prinsip-prinsip Kegiatan Ektrakurikuler

1. Individual, yaitu prinsip kegiatan ekstrakurikuler yang sesuai dengan potensi, bakat dan minat peserta didik masing-masing.
2. Pilihan, yaitu prinsip kegiatan ekstrakurikuler yang sesuai dengan keinginan dan diikuti secara sukarela peserta didik.
3. Keterlibatan aktif, yaitu prinsip kegiatan ekstrakurikuler yang menuntut keikutsertaan peserta didik secara penuh.
4. Menyenangkan, yaitu prinsip kegiatan ekstrakurikuler dalam suasana yang disukai dan mengembirakan peserta didik.
5. Etos kerja, yaitu prinsip kegiatan ekstrakurikuler yang membangun semangat peserta didik untuk bekerja dengan baik dan berhasil.

6. Kemanfaatan sosial, yaitu prinsip kegiatan ekstrakurikuler yang dilaksanakan untuk kepentingan masyarakat.

E. Fungsi Kegiatan Ektrakurikuler

1. Pengembangan, yaitu fungsi kegiatan ekstra kurikuler untuk mengembangkan kemampuan dan kreativitas peserta didik sesuai dengan potensi, bakat dan minat mereka.
2. Sosial, yaitu fungsi kegiatan ekstra kurikuler untuk mengembangkan kemampuan dan rasa tanggung jawab sosial peserta didik.
3. Rekreatif, yaitu fungsi kegiatan ekstra kurikuler untuk mengembangkan suasana rileks, mengembirakan dan menyenangkan bagi peserta didik yang menunjang proses perkembangan.
4. Persiapan karir, yaitu fungsi kegiatan ekstra kurikuler untuk mengembangkan kesiapan karir peserta didik.

F. Mekanisme Kegiatan Ektrakurikuler

Kegiatan ektrakurikuler ditentukan sesui dengan bakat dan minat peserta didik.Untuk mengetahui bakat dan minat mereka,angket dapat disebarkan kepada peserta didik.

Kegiatan ektrakurikuler dapat dilakukan di lingkungan sekolah maupun di luar lingkungan sekolah sesuai dengan jadwal kegiatan

Bentuk pelaksanaan ektrakurikuler:

1. Kegiatan ektrakurikuler secara terprogram dilaksanakan dengan perencanaan khusus dalam kurun waktu tertentu untuk memenuhi kebutuhan peserta didik secara individual kelompok dan atau klasikal melalui penyelenggaraan:

   a. Layanan dan kegiatan pendukung konseling

b. Kegiatan ektrakurikuler.

2. Kegiatan ektrakurikuler secara tidak terprogram dapat dilaksanakan sebagai berikut:

   a. Rutin, yaitu kegiatan yang dilakukan terjadwal, seperti upacara bendera, senam, ibadah khusus keagamaan bersama, keberaturan, pemeliharaan kebersihan dan kesehatan diri.
   b. Spontan, adalah kegiatan tidak terjadwal dalam kejadian khusus seperti pembentukan perilaku memberi salam, membuang sampah pada tempatnya, antri, mengatasi silang pendapat (pertengkaran).
   c. Keteladanan adalah kegiatan dalam bentuk perilaku sehari-hari seperti: berpakaian rapi, berbahasa yang baik, rajin membaca, memuji kebaikan, dan atau keberhasilan orang lain, datang tepat waktu.

Alokasi waktu ektrakurikuler setara (ekuivalen) dengan 2 jam pelajaran. Kegitan ektrakurikuler dilaksanakan dengan bimbingan para pendidik, instruktur dan alumni di bawah koordinasi konselor (guru BK)

G. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Pemilihan Kegiatan Ektrakurikuler

Pemilihan kegiatan ektrakurikuler tidak berlangsung secara mekanis otomatis sebab ketepatan pemilihan kegiatan ektrakurikuler tergantung pada pada faktor-faktor yang mempengaruhinya.

Kartono (1995:21) berpendapat bahwa ketepatan pemilihan kegiatan yang sesuai dengan perkembangan potensi, bakat anak bergantung pada beberapa faktor secara simultan, faktor–faktor tersebut adalah :

1. Faktor hereditas (warisan sejak lahir, bawaan)
2. Faktor lingkungan yang menguntungkan atau yang merugikan

3. Kematangan fungsi- fungsi organis dan fungsi-fungsi psikis.
4. Aktifitas anak sebagai subyek bebas yang berkemauan, kemampuan seleksi, bisa menolak atau menyetujui diri sendiri.

Faktor yang berpengaruh terhadap pemilihan kegiatan ektrakurikuler sesuai perkembangan potensi dan bakat siswa adalah keturunan (*heredity*) dan lingkungan (*environment*) atau dasar (*nature*) dan ajar (*nurtue*). Secara sederhana dasar menunjukan kepada keturunan, ajar menunjukan pada lingkungan (Kartini:17)

Demikian pula dengan Ella Sulhah (dalam Direktorat PADU, 2003:51-52) yang mengemukakan bahwa faktor yang menentukan tumbuhnya potensi secara keseluruhan, pada garis besarnya adalah: 1) Faktor genetik atau hereditas konstitusional (G). Faktor genetik yaitu faktor yang menentukan sifat bawaan anak tersebut. Jadi potensi anak tersebut menjadi ciri khas yang ditentukan dari orang tuanya. 2) Faktor lingkungan, yang dimaksud dengan lingkungan pada anak adalah suasana (*milieau*) dimana anak tersebut berada. Dalam hal ini lingkungan sebagai penyedia (*provider*) kebutuhan dasar anak untuk mengembangkan potensi. *Wallahu A'lam.*

A ROOM WITHOUT BOOKS IS A LIKE A BODY WITHOUT A SOUL
Sebuah kamar tanpa buku tak ubahnya dengan tubuh yang tak bernyawa

---

BAB 15

KECERDASAN EMOSIONAL

A. Pengertian Kecerdasan Emosional

Para pakar psikologi telah mendefinisikan Kecerdasan Emosional, di antaranya yaitu menurut:

1. *Basic Education Project* (BEP)
   Kecerdasan emosional adalah suatu kemampuan untuk memahami perasaan diri masing-masing dan perasaan orang lain, kemampuan untuk memotivasi dirinya sendiri, dan menata dengan baik emosi-emosi yang muncul dalam dirinya dan dalam berhubungan dengan orang lain

2. Reuven Bar-On yang dikutip Steven J. Stein dan Howard E. Bask
   Kecerdasan emosional adalah serangkaian kemampuan, kompetensi, dan kecakapan non kognitif, yang mempengaruhi kemampuan seseorang untuk berhasil mengatasi tuntutan dan tekanan lingkungan

3. Ary Ginanjar Agustian
   Kecerdasan emosional adalah sebuah kemampuan untuk mendengarkan bisikan emosi dan menjadikannya sebagai sumber informasi maha penting untuk memahami diri sendiri dan orang lain demi mencapai sebuah tujuan.

4. Steven J. Stein

Kecerdasan emosional adalah serangkaian kecakapan yang memungkinkan kita melapangkan jalan di dunia yang rumit. Aspek pribadi, sosial, dan pertahanan dari seluruh kecerdasan, akal sehat yang penuh misteri, dan kepekaan yang penting untuk berfungsi secara efektif setiap hari

5. Daniel Goleman
   Kecerdasan emosional adalah kemampuan-kemampuan seperti kemampuan untuk memotivasi diri sendiri dan bertahan menghadapi frustasi; mengendalikan dorongan hati dan tidak melebih-lebihkan kesenangan; mengatur suasana hati dan menjaga agar beban stress tidak melupuhkan kemempuan berfikri; berempati dan berdoa.

Berdasarkan beberapa pengertian kecerdasan emosional tersebut, terdapat beberapa kesamaan. Sehingga kecerdasan emosional dapat disebut sebagai kemampuan seseorang mengelola perasaan dirinya supaya lebih baik serta kemampuan membina hubungan sosialnya

B. Indikasi-indikasi Kecerdasan Emosional

Kecerdasan emosional adalah suatu kemampuan untuk memahami perasaan diri masing-masing dan perasaan orang lain, kemampuan untuk memotivasi diri sendiri dan bertahan menghadapi frustasi; mengendalikan dorongan hati dan tidak melebih-lebihkan kesenangan; mengatur suasana hati dan menjaga agar beban stress tidak melupuhkan kemempuan berfikri; berempati dan berdoa.

Kecerdasan emosi menuntut seseorang untuk belajar mengakui dan menghargai perasaan pada dirinya sendiri dan orang lain dan untuk menanggapinya dengan cepat, menerapkan dengan efektif informasi dan energi emosi dalam kehidupan sehari-hari.

Indikasi-indikasi kecerdasan emosional, terdiri dari lima unsur, yaitu sebagai berikut:

1. Mengenali Emosi Diri

Ketika seseorang dihadapkan dengan suatu kejadian yang menyenangkan atau menyedihkan bisa saja ia sama sekali tidak menyadari apa yang sesungguhnya ia rasakan atau dapat disebut sebagai tidak adanya rasa mengenali emosi diri.

Kemampuan untuk memahami perasaan dari waktu ke waktu merupakan hal penting bagi pemahaman diri seseorang. Mengenali diri merupakan inti dari kecerdasan emosional, yaitu kesadaran akan perasaan diri sendiri sewaktu perasaan timbul.

Orang yang mengenali emosi dirinya akan peka terhadap suasana hati, ia akan memiliki kejernihan pikiran sehingga seseorang itu akan mandiri dan yakin atas batas-batas yang mereka bangun, kesehatan jiwanya bagus dan cenderung berpikir positif tentang kehidupan. Kemudian apabila suasana hati sedang buruk, mereka tidak mau dan tidak larut ke dalam perasaan dan mampu melepaskan dari suasana tidak nyaman dalam waktu relatif cepat. Ketajaman pola pikir seseorang menjadi penolong untuk mengatur emosi Mengenali emosi diri sangat erat kaitannya dengan kesadaran diri atau kemampuan untuk mengenali perasaan sewaktu perasaan itu timbul. Dengan kesadaran diri seseorang dapat mengetahui apa yang dirasakan suatu saat, dan menggunakannya untuk memandu pengambilan keputusan diri sendiri, memiliki tolak ukur yang realistis atas kemampuan diri dan kepercayaan diri yang kuat.

2. Mengelola Emosi

Menjaga agar emosi yang muncul dapat terkendali merupakan kunci menuju kesejahteraan emosi. Emosi yang berlebihan yang meningkat dengan intensitas terlampau tinggi atau untuk waktu yang lama akan berakibat negatif terhadap kestabilan emosional seseorang.

Seseorang yang memiliki kecerdasan emosional tidak akan larut dalam perasaan. Ketika kebahagiaan datang tidak diungkapkan dengan berlebihan, dan ketika merasa menderita tidak membiarkan perasaan negatif langsung tidak terkendali.

Kemampuan mengelola emosi akan berdampak positif terhadap pelaksanaan tugas, peka terhadap kata hati dan sanggup menunda kenikmatan sebelum tercapainya suatu sasaran, serta mampu memulihkan kembali dari tekanan emosi.

Kemampuan mengelola emosi meliputi kecakapan untuk tetap tenang, menghilangkan kegelisahan, kesedihan, atau sesuatu yang menjengkelkan. Seseorang yang memiliki kemampuan mengelola emosi dengan baik akan mampu menyikapi rintangan-rintangan hidup dengan baik. Namun sebaliknya seseorang yang tidak memiliki kemampuan mengelola emosi akan terus-menerus melawan perasaanperasaan gelisah dan penyesalan.

Orang yang seringkali merasakan dikuasai emosi dan tak berdaya untuk melepaskan diri, mereka mudah marah dan tidak peka terhadap perasaannya. Sehingga ia larut dalam perasaan-perasaan itu. Akibatnya, mereka kurang berupaya melepaskan diri dari suasana hati yang jelek, merasa tidak mempunyai kendali atas kehidupan emosional.

Selain itu apabila emosi terlampau ditekan dan tidak dikendalikan terlampau ekstrim dan terus-menerus, emosi akan menjadi sumber penyakit, seperti depresi berat, cemas berlebihan, amarah yang meluap-luap, dan gangguan emosional yang berlebihan.

3. Memotivasi Diri Sendiri

Motivasi merupakan salah satu faktor yang sangat penting dalam aspek kehidupan manusia, demikian juga para peserta didik mau melakukan sesuatu bilamana berguna bagi mereka untuk melakukan tugas-tugas pekerjaan sekolah. Peserta didik yang

mempunyai intelegensi tinggi namun gagal dalam pelajaran karena kurang adanya motivasi. Hasil akan baik dapat tercapai jika diikuti dengan motivasi yang kuat. Motivasi akan sangat membantu seorang peserta didik untuk konsentrasi dalam belajar, karena dengan motivasi peserta didik akan lebih bersungguh-sungguh dalam menekuni studinya.

Motivasi adalah menggunakan hasrat kita yang paling dalam untuk mengerakkan dalam menuju sasaran, membantu kita mengambil inisiatif dan bertindak sangat efektif, serta bertahan untuk menghadapi kegagalan dan frustasi. Motivasi merupakan dorongan dari dalam yang menimbulkan kekuatan individu untuk bertindak atau bertingkah laku guna memenuhi kebutuhannya.

Motivasi yang merupakan bagian dari emosi erat hubungannya dengan keberhasilan, bisa membuat kita merasakan kepuasan sejati yang bahkan lebih besar daripada keberhasilan itu sendiri. Motivasi memiliki kekuatan yang luar biasa dalam kehidupan seseorang.

Motivasi melengkapi semua penggerak dorongan-dorongan dalam diri manusia yang menyebabkan individu berbuat sesuatu. Orang yang termotivasi mempunyai keinginan dan kemampuan untuk menghadapi dan mengatasi rintangan-rintangan. Sejarah telah membuktikan bahwa orang yang memiliki motivasi diri dapat mengatasi kesulitan-kesulitan luar biasa dalam meraih tingkat keberhasilan yang istimewa.

Karakter orang yang memiliki motivasi berprestasi meningkatkan kedudukan sosialnya, serta sangat tinggi akan bercirikan: bersuka cita tinggi dan ingin maju, bersaing, tekun dalam menghargai produktivitas dan kreativitas. Oleh karena itu kuat lemahnya motivasi berprestasi yang dimiliki seseorang sangat menentukan besar kecilnya prestasi yang dapat diraihnya dalam kehidupan.

4. Mengenali Emosi Orang Lain

Kemampuan mengenali emosi orang lain (empati) adalah merasakan yang dirasakan orang lain, mampu memahami perspektif mereka, menumbuhkan hubungan saling percaya dan menyelaraskan diri dengan bermacam-macam orang. Empati ialah bereaksi terhadap perasaan orang lain dengan respon emosional yang sama dengan orang tersebut. Empati menekankan pentingnya mengindra perasaan dan perspektif orang lain sebagai dasar untuk membangun hubungan interpersonal yang sehat.

Sedangkan ciri-ciri empati adalah sebagai berikut:

a. Ikut merasakan, yaitu kemampuan untuk mengetahui bagaimana perasaan orang lain.
b. Dibangun berdasarkan kesadaran sendiri, semakin kita mengetahui emosi diri sendiri maka semakin terampil kita membaca emosi orang lain.
c. Peka terhadap bahasa isyarat, karena emosi lebih sering diungkapkan melalui bahasa isyarat.
d. Mengambil pesan yaitu adanya perilaku kontent.
e. Kontrol emosi yaitu menyadari dirinya sedang berempati sehingga tidak larut.

Berdasarkan pada uraian di atas maka seseorang yang memiliki kemampuan empati lebih mampu merasakan dan memahami perspektif orang lain, mampu menumbuhkan hubungan saling percaya dan mampu menyelaraskan diri dengan orang lain.

5. Membina Hubungan

Membina hubungan merupakan ketrampilan yang menunjang popularitas, kepemimpinan, dan keberhasilan antar pribadi. Orang-orang yang hebat dalam ketrampilan ini akan sukses dalan bidang apa pun yang mengandalkan pergaulan yang mulus dengan orang lain; mereka adalah bintang bintang pergaulan.

Dalam rangka membangun hubungan sosial yang harmonis

terdapat dua hal yang harus diperhatikan terlebih dahulu, yaitu: citra diri dan kemampuan berkomunikasi. Citra diri sebagai kapasitas diri yang benar-benar siap untuk membangun hubungan sosial. Citra diri dimulai dari dalam diri masing-masing, kemudian melangkah keluar sebagaimana ia mempersepsikan orang lain. Sedangkan kemampuan komunikasi merupakan kemampuan dalam mengungkapkan kalimatkalimat yang tepat.

Oleh karena itu, kita dapat melihat tinggi rendahnya kecerdasan emosional seseorang dari ciri-ciri kemampuan di atas. Namun, karena kecerdasan emosional pada hakekatnya dapat ditingkatkan, sehingga bisa diusahakan untuk meningkatkannya. Untuk meningkatkan kecerdasan emosional seseorang. Menurut Claude Stainer terdapat tiga langkah utama yaitu sebagai berikut:

a. Membuka Hati
   Hati merupakan simbol pusat emosi yang dapat merasakan nyaman atau tidak nyaman. Dengan demikian, kita dapat memulai dengan membebaskan pusat perasaan kita dari impuls dan pengaruh yang membatasi kita untuk menunjukkan cinta satu sama lain.

b. Menjelajah Dataran Emosi
   Setelah membuka hati, kita dapat melihat kenyataan dan menemukan peran emosi dalam kehidupan. Sehingga kita akan menjadi lebih bijak dalam menanggapi perasaan kita dan perasaan orang disekitar kita.

c. Mengambil Tanggung Jawab
   Dalam menghadapi suatu permasalahan hendaknya, kita harus mengakui kesalahan dan keteledoran yang terjadi. Membuat suatu perbaikan dan memutuskan bagaimana mengubah segala sesuatunya dan perubahan memang harus dilakukan.

C. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kecerdasan Emosional

Kecerdasan emosional atau EQ, bukan didasarkan pada kepandaian intelektual seseorang, melainkan pada karakteristik pribadi atau karakter. Oleh karenanya ketrampilan sosial dan emosional lebih penting bagi keberhasilan hidup ketimbang kemampuan intelektual.

Hal serupa juga dikatakan oleh Syamsu Yusuf bahwa berdasarkan pengamatan yang dilakukan oleh para ahli, kegagalan orang dalam meraih kesuksesan bukan disebabkan oleh faktor kognitif yang rendah melainkan dari pengaruh emosionalnya, yang kurang mampu untuk mengadapai dunia luar yang sangat kompleks. Kehidupan yang sangat kompleks memberikan dampak buruk bagi perkembangan kecerdasan emosional seseorang.

Pengembangan emosi harus dimulai sejak usia dini. Oleh karena itu, maka peran orang tua sangat diharapkan dalam pengembangan dan pembentukan emosi anak. Sebagai orang tua hendaknya mampu membimbing anaknya agar mereka dapat mengelola emosinya sendiri dengan baik dan benar. Di samping itu diharapkan anak tidak bersifat pemarah, putus asa, atau angkuh, sehingga prestasi yang telah dimilikinya akan bermanfaat bagi dirinya.

Di antara faktor-faktor yang mempengaruhi kecerdasan emosional adalah:

1. Faktor Keluarga

Keluarga memiliki peran yang sangat penting dalam upaya mengembangkan pribadi anak. Perawatan orang tua yang penuh kasih sayang dan pendidikan tentang nilai-nilai kehidupan, baik agama maupun sosial budaya yang diberikannya merupakan faktor yang kondusif untuk mempersiapkan anak menjadi pribadi dan anggota masyarakat yang sehat.

Keluarga yang bahagia merupakan suatu hal yang sangat penting bagi perkembangan emosi para anggotanya (terutama anak). Kebahagiaan ini diperoleh apabila keluarga dapat memerankan

fungsinya secara baik. Fungsi dasar keluarga adalah memberikan rasa memiliki, rasa aman, kasih sayang, dan mengembangkan hubungan yang baik diantara anggota keluarga.

Dapat memberikan sumbangan yang cukup dalam perkembangan anak. Sumbangan ini bisa berupa perasaan aman, pemenuhan kebutuhan fisik dan psikologis, kasih sayang dan penerimaan, bimbingan dalam penyesuaian kehidupan dan lain sebagainya.

Hal ini tentu saja tidak mengherankan mengingat keluarga merupakan sekolah sekaligus lingkungan masyarakat yang pertama kali dimasuki oleh manusia. Di sekolah yang pertama inilah manusia yang masih berstatus sebagai anak melewatkan masa-masa kritisnya untuk menerima pelajaran yang berguna untuk perkembangan emosinya.

2. Faktor Lingkungan Sekolah

Sekolah merupakan lembaga pendidikan formal yang secara sistematis melaksanakan program bimbingan, pengajaran dan latihan dalam rangka membantu pesertadidik agar mampu mengembangkan potensinya, baik yang menyangkut aspek moral, spiritual, intelektual dan emosional maupun sosial.

Mengenai peranan sekolah dalam mengembangkan kepribadian anak, Hurlock, mengemukakan bahwa sekolah merupakan faktor penentu bagi perkembangan kepribadian anak (peserta didik), baik dalam pola berpikir maupun bersikap atau berperilaku. Sekolah berperan sebagai substitusi keluarga, dan guru substitusi orang tua.

Sebagaimana pendapat Goleman yang dikutip oleh Zamroni mengatakan bahwa emosi tersebut tidak statis tetapi berkembang sejalan dengan perkembangan usia seseorang. Semakin dewasa perkembangan usia seseorang semakin dewasa pula emosi yang dimiliki akan semakin matang. Namun kedewasaan emosi juga bisa berkembang sebagai hasil interaksi dengan lingkungan

baik interaksi tersebut disengaja oleh pihak lain atau tidak.

Dengan demikian, guru bisa berperan sebagai faktor lingkungan. Keberhasilan guru mengembangkan kemampuan peserta didik mengendalikan emosi akan menghasilkan perilaku peserta didik yang baik, terdapat dua keuntungan kalau sekolah berhasil mengembangkan kemampuan siswa dalam mengendalikan emosi. Pertama; emosi yang terkendali akan memberikan dasar Keterampilan emosional menyiratkan lebih diperluasnya lagi tugas sekolah, dengan memikul tanggung jawab atas kegagalan keluarga dalam mensosialisasikan anak. Oleh karena itu orang tua dan guru sebagai pendidik haruslah menjadi seorang pendidik yang mempunyai pemahaman yang cukup baik terhadap dasar-dasar kecerdasan emosional. Di samping itu lingkungan sekolah hendaknya dapat dijadikan suatu wadah untuk belajar bersama, karena belajar merupakan salah satu faktor yang penting dalam perkembangan emosi. Hal ini dikarenakan belajar merupakan faktor yang dapat dikendalikan, sekaligus sebagai tindakan yang bersifat preventif.

Dari uraian di atas, dapat diambil kesimpulan bahwa faktor yang mempengaruhi kecerdasan emosional adalah keluarga atau orang tua dan sekolah. Keluarga merupakan pendidikan pertama dan utama bagi anak, sedangkan sekolahan merupakan faktor lanjutan dan apa yang telah diperoleh anak dari keluarga. Keduanya sangat berpengaruh terhadap emosional anak dan keluargalah yang mempunyai pengaruh lebih besar dibandingkan sekolah, karena di dalam keluarga kepribadian anak dapat terbentuk sesuai dengan pola pendidikan orang tua dalam kehidupannya. *Wallahu A'lam*.

BAB 16
KESEHATAN MENTAL

A. Pengertian Kesehatan Mental

Ilmu kesehatan mental merupakan salah satu cabang termuda dari ilmu jiwa yang tumbuh pada akhir abad ke- 19 M dan sudah ada di jerman sejak tahun 1875 M. pada abad ke-20, ilmu ini berkembang dengan pesat sejalan dengan perkembangan ilmu pengetahuan modern. Kesehatan Mental adalah terwujudnya keserasian yang sungguh-sungguh antara fungsi-fungsi kejiwaan dan terciptanya penyesuaian diri antara manusia dengan dirinya sendiri dan lingkungannya, berlandaskan keimanan dan ketaqwaan serta bertujuan untuk mencapai hidup yang bermakna dan bahagia di dunia dan akhirat (Jaya, 2002:75-77).

Menurut Daradjat (2001:4) "Kesehatan mental adalah terhindarnya orang dari gejala-gejala gangguan jiwa (*neurose)* dan dari gejala-gejala penyakit jiwa (*psychose)*". Sedangkan menurut Suririn (2004:143) "Kesehatan Mental adalah kemampuan untuk menyesuaikan dirinya sendiri, dengan orang lain dan masyarakat serta lingkungan dimana ia hidup. Kesehatan Mental adalah kebutuhan-kebutuhan hasrat psikis, dan motif-motif memegang peranan penting dalam kehidupan manusia, karena secara konstan berpengaruh dalam persepsi, berpikir, berperasaan, dan bertindak. Biarpun bentuk kebutuhan, hasrat, dan motif dapat bersifat sangat individual/pribadi,

namun akhirnya diabdikan pada tujuan dasar untuk mempertahankan kehidupan dan memperkembangkan yang ada (Winkel, 2004:226).

Dari pengertian di atas dapat disimpulkan bahwa Kesehatan Mental yaitu kemampuan seseorang dalam menyesuaikan dirinya baik dengan orang lain serta dengan lingkungannya dan orang tersebut sehat mentalnya dari gejala kejiwaan dan penyakit jiwa.

B. Prinsip-prinsip Kesehatan Mental

Yang dimaksud dengan prinsip-prinsip kesehatan mental adalah dasar yang harus ditegakkan orang dalam dirinya untuk mendapatkan kesehatan mental yang baik serta terhindar dari gangguan kejiwaan (Suririn, 2004:145-148). Secara singkat prinsip-prinsip kesehatan mental tersebut dapat dijelaskan sebagai berikut:

1. Gambaran dan sikap yang baik terhadap diri sendiri
   Prinsip ini biasa diistilahkan dengan *Self Image*. Pripsip ini antara lain dapat dicapai dengan penerimaan diri, keyakinn diri dan kepercayaan pada diri sendiri. *Self Image* yang juga disebut dengan citra diri merupakan salah satu unsur penting dalam pengembangan pribadi.

2. Keterpaduan antara integrasi diri
   Yang dimaksud keterpaduan disini adalah adanya keseimbangan antara kekuatan-kekuatan jiwa dalam diri, kesatuan pandangan (falsafah) dalam hidup dan kesanggupan menghadapi stres.

3. Perwujudan diri (aktualisasi diri)
   Merupakan proses pematangan diri. Orang yang sehat mentalnyan adalah orang yang mampu mengaktualisasikan diri atau potensi yang dimiliki, serta memenuhi kebutuhan-kebutuhannya dengan cara yang baik dan memuaskan.

4. Berkemampuan menerima orang lain

Melakukan aktivitas sosial dan menyesuaikan diri dengan lingkungan setempat. Untuk dapat menyesuaikan diri yang sukses dalam kehidupan, orang lain harus memiliki kemampuan dan keterampilan, mempunyai hubungan yang erat dengan orang yang mempunyai otoritas dan mempunyai hubungan yang erat dengan teman-teman.

5. Berminat dalam tugas dan pekerjaan
   Orang yang menyukai terhadap pekerjaan walaupun berat maka akan cepat selesai daripada pekerjaan yang ringan tetapi tidak diminatinya.

6. Pengawasan Diri
   Mengadakan pengawasan terhadap hawa nafsu atau dorongan keinginan serta kebutuhan oleh akal pikiran merupakan hal pokok dari kehidupan orang dewasa yang bermental sehat dan kepribadian normal, karena dengan pengawasan tersebut orang mampu membimbing segala tingkah lakunya.

7. Rasa benar dan Tanggug Jawab
   Rasa benar dan tanggung jawab penting bagi tingkah laku, karena setiap individu ingin bebas dari rasa dosa, salah dan kecewa.Rasa benar, taggug jawab dan sukses adalah keiginan setiap orang yang sehat mentalnya.

C. Ciri-ciri Mental Sehat

Menggambarkan ciri-ciri tingkah laku yang normal atau sehat biasanya relatif agak sulit disbanding tingkah laku yang tidak normal. Ini disebabkan karena tingkah laku yang normal seringkali kurang mendapatkan perhatian karena tingkah laku tersebut dianggap wajar, sedangkan tingkah laku abnormal biasanya lebih mendapatkan perhatian karena biasanya tidak wajar dan aneh.

Menurut Warga (dalam Siswanto, 2007:24) ciri-ciri individu yang normal atau sehat pada umumnya adalah sebagai berikut:

1. Bertingkah laku menurut norma-norma yang diakui.
2. Mampu mengelola emosi.
3. Mampu mengaktualkan potensi-potensi yang dimiliki.
4. Dapat mengikuti kebiasaan-kebiasaan soaial.
5. Dapat mengenali resiko dari setiap perbuatan dan kemampuan tersebut digunakan untuk menuntun tingkah lakunya.
6. Mampu menunda keinginan sesaat untuk mencapai tujuan jangka panjang.
7. Mampu belajar dari berbagai pengalaman.
8. Biasanya gembira.

Sedangkan Harber dan Runyon (dalam Siswanto, 2007:25) menyebutkan sejumlah ciri individu yang bisa dikelompokkan sebagai normal adalah sebagai berikut:

1. Sikap terhadap diri sendiri. Mampu menerima diri sendiri apa adanya, memiliki identitas diri yang jelas, mampu menilai kelebihan dan kekurangan diri sendiri secara realistis.
2. Persepsi terhadap realita. Pandangan yang realistis terhadap diri sendiri dan dunia sekitar yang meliputi orng lain maupun segala sesuatunya.
3. Intregasi. Kepribadian yang menyatu dan harmonis, bebas dari konflik-konflik batin yang mengakibatkan ketidakmampuan dan memiliki toleransi yang baik terhadap stres.
4. Kompetensi. Mengembangkan keterampilan mendasar berkaitan dengan aspek fisik, intelektual, emosional, dan sosial untuk dapat melakukan koping terhadap masalah-masalah kehidupan.
5. Otonomi. Memiliki ketetapan diri yang kuat, bertanggung jawab, dan penentuan diri dan memiliki kebebasan yang cukup terhadap pengaruh sosial.
6. Pertumbuhan dan aktualisasi diri. Mengembangkan kecenderungan ke arah peningkatan kematangan, pengembangan potensi, dan pemenuhan diri sebagai seorang pribadi.

7. Relasi Interpersonal. Kemampuan untuk membentuk dan memelihara relasi interpersonal yang intim.
8. Tujuan hidup. Tidak terlalu kaku untuk mencapai kesempurnaan tetapi membuat tujuan yang realistik dan masih di dalam kemampuan individu.

Lebih lanjut dikatakan Daradjat (2004:29) bahwa orang yang memiliki mental produktif memiliki sifat-sifat tertentu, yaitu memiliki semangat yang membara, suka bekerja keras, tekun, berinisiatif tinggi, produktifitas tinggi, menghargai waktu dan selalu berfikir jauh ke masa depan. Orang-orang bermental produktif dibutuhkan oleh masyarakat dan negara untuk membangun bangsa kearah yang lebih baik.

D. Komponen-komponen Kesehatan Mental

Salah satu hal penting dalam kepribadian adalah kesehatan mental, yaitu kondisi mental yang sehat. Menurut Thackeray (dalam Sukmadinata, 2003:148) ada tiga komponen utama dalam kesehatan mental yaitu:

> Memiliki rasa diri berharga, merasa puas akan peranan dalam kehidupannya, dan terjalin hubungan yang baik dengan orang lain. Perasaan diri berharga merupakan hal yang sangat penting dalam kesehatan mental, sebab mendasari kondisi dan komponen-komponen kesehatan mental lainnya.

Perasaan diri berharga akan memperkuat keberadaannya dan rasa diri tak berharga akan menggoyahkan keberadaan dirinya dalam kehidupannya. Seorang yang memiliki perasaan diri tak berharga, tidak akan memiliki ketenangan hidup, tidak akan memiliki harapan, banyak diliputi rasa cemas, ragu, hampa, dan banyak ketentuan lainnya.

Menurut Thackeray (dalam Sukmadinata, 2003:149) ada tiga alasan mengenai pentingnya perasaan diri berharga, yaitu:

1. Perasan diri berharga merupakan landasan bagi penerimaan diri, dan penerimaan diri sendiri merupakan bekal bagi penerimaan orang lain. Seseorang memiliki rasa diri berharga karena memiliki kondisi badan, psikis dan perilaku yang baik/wajar.
2. Seseorang yang memiliki rasa diri berharga memiliki bayangan diri yang positif, merasa berguna dan dibutuhkan oleh orang lain.
3. Seseorang yang memiliki mental yang sehat akan menggunakan segala kemampuan dan kecakapannya bagi kepentingan dirinya, keluarga, dan masyarakat sekitarnya.

Kepuasan akan peranan dalam kehidupannya, setiap individu memiliki peranan dalam kehidupannya baik dalam keluarga, masyarakat, sekolah, kantor dan sebagainya. Seseorang yang memiliki mental yang sehat akan puas dengan peranannya dalam lingkungan-lingkungan tersebut. Sebaliknya orang yang memiliki mental yang kurang sehat akan merasakan banyak ketidak puasan dalam peranan-peranan tersebut. *Wallahu A'lam*.

HEALTH BETTER THAN WEALTH
Kesehatan adalah lebih baik/berharga daripada kekayaan

BAB 17
KEMAMPUAN PENYESUAIAN DIRI

Kegiatan atau tingkah laku individu pada hakikatnya merupakan cara pemenuhan kebutuhan. Banyak cara yang dapat ditempuh individu untuk memenuhi kebutuhannya, baik cara-cara yang wajar maupun yang tidak wajar, cara yang disadari maupun yang tidak disadari. Yang penting untuk dapat memenuhi kebutuhan ini, individu harus dapat menyesuaikan antar kebutuhan dengan segala kemungkinan yang ada dalam lingkungan.

A. Pengertian Kemampuan Penyesuaian Diri

Menurut Yusuf dan Juntika (2005:210) bahwa pengertian kemampuan penyesuaian diri adalah:

> Proses yang melibatkan respon-respon mental dan perbuatan individu dalam upaya untuk memenuhi kebutuhan dan mengatasi ketegangan, frustasi dan konflik secara sukses, serta menghasilkan hubungan yang harmonis antara kebutuhan dirinya dengan norma atau tuntutan lingkungan dimana dia hidup.

Sunarto dan Hartono (2008:221) berpendapat bahwa :

> Penyesuaian berarti adaptasi, dapat mempertahankan eksistensinya atau bisa *"survive"* dan memperoleh

> kesejahteraan jasmaniah dan rohaniah, dan dapat mengadakan relasi yang memuaskan dengan tuntutan sosial.

Sedangkan Hendriati Agustina (2006:146) mengungkapkan bahwa :

> Kemampuan penyesuaian diri adalah proses yang mencakup respon-respon mental dan tingkah laku yang merupakan usaha individu agar berhasil mengatasi kebutuhan, ketegangan, konflik dan frustasi yang dialami dirinya. Usaha individu tersebut bertujuan untuk memperoleh keselarasan dan keharmonisan antar tuntutan dalam diri dengan apa yang diharapkan oleh lingkungan.

Dari pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa kemampuan penyesuaian diri adalah usaha manusia untuk mencapai keharmonisan pada diri sendiri dan lingkungannya.

B. Proses Kemampuan Penyesuaian Diri

Proses penyesuaian diri ini menimbulkan berbagai masalah terutama bagi diri individu sendiri. Jika individu dapat berhasil memenuhi kebutuhannya sesuai dengan lingkungannya dan tanpa menimbulkan gangguan atau kerugian bagi lingkungannya, hal itu disebut *well adjusted* atau penyesuaian diri dengan baik. Dan sebaliknya jika individu gagal dalam proses penyesuaian diri tersebut disebut *maladjusted* atau salah suai.

Penyesuaian diri merupakan proses bagaimana individu mencapai keseimbangan diri dalam memenuhi kebutuhan sesuai dengan lingkungan. Seperti kita ketahui bahwa penyesuaian diri yang sempurna tidak pernah tercapai, penyesuaian diri yang sempurna terjadi jika individu selalu dalam keadaan seimbang antar dirinya dengan lingkungannya di mana tidak ada lagi kebutuhan yang tidak terpenuhi dan di mana semua fungsi organisme/individu berjalan normal. Sekali lagi bahwa penyesuaian diri yang sempurna seperti itu tidak pernah tercapai. Karena itu penyesuaian diri lebih bersifat suatu

proses sepanjang hayat *(lifelong process),* dan individu terus-menerus menemukan dan mengatasi tekanan dan tantangan hidup guna mencapai pribadi yang sehat.

Respon penyesuaian baik atau buruk secara sederhana dipandang sebagai suatu upaya individu untuk menjauhi ketegangan dan untuk memelihara kondisi-kondisi keseimbangan yang lebih wajar. Dalam proses penyesuaian diri dapat saja muncul konflik, tekanan dan frustasi.

Proses penyesuaian diri menurut Mohammad Ali (2006:176) melibatkan tiga unsur, yaitu : a) motivasi, b) sikap terhadap realitas, dan c) pola dasar penyesuaian diri.

Individu dikatakan berhasil dalam melakukan penyesuaian diri apabila ia dapat memenuhi kebutuhannya dengan cara-cara yang wajar atau apabila dapat diterima oleh lingkungan tanpa merugikan atau mengganggu lingkungannya.

Ridwan (2008:91) mengemukakan prinsip-prinsip dasar yang mengakibatkan adanya perbedaan perilaku individu, yaitu :

1. Individu berbeda perilakunya karena kemampuannya tidak sama
2. Individu mempunyai kebutuhan yang berbeda
3. Individu berpikir tentang masa depan dan membuat pilihan tentang bagaimana bertindak.
4. Individu memahami lingkungannya dalam hubungannya dengan pengalaman masa lalu dan kebutuhannya
5. Individu mempunyai reaksi-reaksi senang atau tidak senang
6. Banyak faktor yang menentukan sikap dan perilaku individu

C. Karakteristik Kemampuan Penyesuaian Diri

Tidak selamanya individu berhasil dalam melakukan penyesuaian diri, karena kadang-kadang ada rintangan tertentu yang menyebabkan tidak berhasil melakukan penyesuaian diri. Rintangan-rintangan itu mungkin terdapat dalam dirinya atau mungkin di luar dirinya. Dalam hubungannya dengan rintangan-rintangan tersebut ada individu yang dapat melakukan penyesuaian diri secara positif, namun ada pula individu yang melakukan penyesuaian diri yang salah.

1. Penyesuaian Diri Secara Positif

Seseorang dapat dikatakan memiliki penyesuaian diri secara positif (*well adjustment*) apabila dia mampu memenuhi kebutuhan dan mengatasi masalahnya secara wajar, tidak merugikan diri sendiri dan lingkungannya serta sesuai dengan norma agama.

Penyesuaian diri secara positif ini memiliki karakteristik sebagai berikut (Yusuf dan Juntika, 2005:211) :

a. *Absence of excessive emotionality* (Terhindar dari ekspresi emosi yang berlebih-lebihan, merugikan atau kurang mampu mengontrol diri)
b. *Absence of psychological* (Terhindar dari mekanisme-mekanisme psikologis, seperti rasionalisasi, agresi, kompensasi dan sebagainya)
c. *Absence of the sense of personal frustration* (Terhindar dari perasaan frustasi atau perasaan kecawa karena tidak terpenuhi kebutuhannya)
d. *Rational deliberation and self direction* (Memiliki pertimbangan dan pengarahan diri yang rasional, yaitu mampu memecahkan masalah berdasarkan alternatif-alternatif yang telah dipertimbangkan secara matang dan mengarahkan diri sesuai dengan keputusan yang diambil)
e. *Ability to learn* (Mampu belajar, mampu mengembangkan kualitas dirinya, khususnya yang berkaitan dengan upaya untuk memenuhi kebutuhan dan mengatasi masalah sehari-hari)
f. *Utilization of past experience* (Mampu memanfaatkan pengalaman masa lalu, bercermin ke masa lalu baik yang terkait

dengan keberhasilan maupun kegagalan untuk mengembangkan kualitas hidup yang lebih baik)

g. *Realistic, objective attitude* (Bersikap objektif dan realistik, mampu menerima kenyataan hidup yang dihadapi secara wajar, mampu menghindari, merespon situasi atau masalah secara rasional, tidak didasari oleh prasangka buruk atau negatif)

2. Penyesuaian Diri Yang Salah

Kegagalan dalam melakukan penyesuaian diri secara positif dapat mengakibatkan individu melakukan penyesuaian diri yang salah. Penyesuaian diri yang salah ditandai dengan berbagai bentuk tingkah laku yang serba salah, tidak terarah, emosional, sikap yang tidak realistik, agresif dan sebagainya.

Menurut Yusuf dan Juntika (2005:212) bahwa penyesuaian diri yang salah adalah :

> Proses pemenuhan kebutuhan atau upaya pemecahan masalah dengan cara-cara yang tidak wajar atau bertentangan dengan norma yang dijunjung tinggi oleh masyarakat. Dapat juga dikatakan bahwa penyesuaian diri yang salah adalah sebagai tingkah laku abnormal (*abnormal behavior*) terutama terkait dengan kriteria sosiopsikologis dan agama.

Penyesuaian diri yang salah atau tingkah laku yang abnormal ini ditandai dengan respon-respon sebagai berikut (Sunarto, 2008:227-229) :

a. Reaksi bertahan *(Defence reaction)*

Individu berusaha untuk mempertahankan dirinya, seolah-olah tidak menghadapi kegagalan. Bentuk khusus reaksi ini antara lain:

- *Rasionalisasi,* yaitu bertahan dengan mencari-cari alasan untuk membenarkan tindakannya

- *Represi,* yaitu berusaha untuk menekan pengalamannya yang dirasakan kurang enak ke alam tidak sadar.
- *Proyeksi,* yaitu melemparkan sebab kegagalan dirinya kepada pihak lain untuk mencari alasan yang dapat diterima.
- *Sour grapes* (Anggur kecut), yaitu dengan memutarbalikkan kenyataan.
- *Sublimasi,* yaitu pengerahan energi-energi drive atau motif secara tidak sadar ke dalam kegiatan yang dapat diterima secara sosial maupun moral.

b. Reaksi menyerang *(Aggressive reaction)*

Individu yang mempunyai penyesuaian diri yang salah menunjukkkan tingkah laku yang bersifat menyerang atau menutupi kegagalannya. Reaksi-reaksinya tampak dalam tingkah laku :

- Selalu membenarkan diri sendiri
- Mau berkuasa dalam setiap situasi
- Mau memiliki segalanya
- Bersikap senang mengganggu orang lain
- Menggertak baik dengan ucapan maupun dengan perbuatan
- Menunjukkan sikap permusuhan secara terbuka
- Menunjukkan sikap menyerang dan merusak
- Keras kepala dalam perbuatannya
- Bersikap balas dendam
- Memperkosa hak orang lain
- Tindakan yang serampangan
- Marah secara sadis

c. Reaksi melarikan diri *(Escape reaction)*

Dalam reaksi ini orang yang mempunyai penyesuaian diri yang salah akan melarikan diri dari situasi yang menimbulkan

kegagalannya, reaksinya tampak dalam tingkah laku sebagai berikut :

- Berfantasi, yaitu memuaskan keinginan yang tidak tercapai dalam bentuk angan-angan, banyak tidur, minum-minuman keras, bunuh diri dan pacandu narkoba.
- Regresi, yaitu kembali kepada tingkah laku yang semodel dengan tingkat perkembangan yang lebih awal (misal, orang dewasa yang bersikap dan berwatak seperti anak kecil)

D. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Proses Penyesuaian Diri

Secara keseluruhan kepribadian mempunyai fungsi sebagai penentu primer terhadap penyesuaian diri. Penentu berarti faktor yang mendukung, mempengaruhi atau menimbulkan efek pada proses penyesuaian. Secara sekunder proses penyesuaian diri ditentukan oleh faktor-faktor yang menentukan kepribadian itu sendiri baik internal maupun eksternal. Penentu penyesuaian identik dengan faktor-faktor yang mengatur perkembangan dan terbentuknya pribadi secara bertahap. Penentu-penentu itu dapat dikelompokkan sebagai berikut (Sunarto, 2008:229) :

1. Kondisi-kondisi fisik, termasuk didalamnya keturunan, konstitusi fisik, susunan saraf, kelenjar dan sistem otot, kesehatan, penyakit dan sebagainya.
2. Perkembangan dan kematangan, khususnya kematangan intelektual, sosial, moral dan emosional.
3. Penentu psikologis, termasuk di dalamnya pengalaman, belajarnya, pengkondisian, penentu diri *(self determination),* frustasi dan konflik.
4. Kondisi lingkungan, khususnya keluarga dan sekolah.
5. Penentu kultural, termasuk agama.

Pemahaman tentang faktor-faktor ini dan bagaimana fungsinya dalam penyesuaian merupakan syarat untuk memahami proses penyesuaian diri, karena penyesuaian tumbuh dari hubungan-hubungan antara faktor-faktor ini dan tuntutan individu. *Wallahu A'lam*.

THERE IS NO TIME LIKE THE PRESENT
Tidak ada waktu seperti sekarang ini

BAB 18
MENGENAL POTENSI DIRI

Orang-orang yang berprestasi dan sukses adalah orang-orang yang mampu mengenali dan mengembangkan potensi dirinya. Salah satu aturan main dalam *the game of life* adalah diberlakukannya hukum kompetisi/persaingan. Kenyataan menunjukkan semua orang memiliki keinginan umum yang sama yakni, ingin kaya, ingin dihormati atau ingin berprestasi di bidang tertentu. Akan tetapi tidak semuanya dapat mencapai apa yang diinginkan karena masing-masing individu memiliki potensi yang berbeda dengan lainnya.

Agar kita dapat membantu siswa dalam mengembangkan bakatnya seoptimal mungkin, maka terlebih dahulu perlu mengenal dan memahami potensi yang ada pada diri siswa tersebut.

A. Pengertian Pengenalan Potensi Diri

Menurut Wiyono (2006:37) potensi dapat diartikan sebagai kemampuan dasar dari sesuatu yang masih terpendam didalamnya yang menunggu untuk diwujudkan menjadi sesuatu kekuatan nyata dalam diri sesuatu tersebut.

Menurut Prihadi (2004:6) potensi bisa disebut sebagai kekuatan, energi, atau kemampuan yang terpendam yang dimiliki dan belum

dimanfaatkan secara optimal. Sedangkan Habsari (2005:2) menjelaskan, potensi diri adalah kemampuan dan kekuatan yang dimiliki oleh seseorang baik fisik maupun mental dan mempunyai kemungkinan untuk dikembangkan bila dilatih dan ditunjang dengan sarana yang baik.

Dari pengertian di atas dapat disimpulkan bahwa potensi diri adalah kemampuan dasar yang dimiliki oleh seseorang yang masih terpendam dan mempunyai kemungkinan untuk dikembangkan jika didukung dengan latihan dan sarana yang memadai. Sedangkan Pengenalan potensi diri yaitu upaya yang dilakukan untuk dapat menggali dan mengembangkan potensi dalam diri setiap individu.

B. Macam-macam Potensi Diri

Menurut Nashori (2003:89), manusia memiliki beragam potensi diantaranya adalah sebagai berikut:

1. **Potensi Berfikir**
   Manusia memiliki potensi berfikir. Maka, dapat dikatakan bahwa setiap manusia memiliki potensi untuk belajar informasi-informasi baru, menghubungkan berbagai informasi, serta menghasilkan pemikiran baru.

2. **Potensi Emosi**
   Setiap manusia memilki potensi cita rasa, yang dengannya manusia dapat memahami orang lain, memahami suara alam, ingin mencintai dan dicintai, memperhatikan dan diperhatikan, menghargai dan dihargai, cenderung kepada keindahan.

3. **Potensi Fisik**
   Orang yang berbakat dalam bidang fisik mampu mempelajari olah raga dengan cepat dan selalu menunjukkan permainan yang baik.

4. **Potensi Sosial**

Pemilik potensi sosial yang besar memiliki kapasitas menyesuaikan diri dan mempengaruhi orang lain. Kemampuan menyesuaikan diri dan mempengaruhi orang lain didasari kemampuan belajarnya, baik dalam dataran pengetahuan maupun ketrampilan.

C. Indikator Pengenalan Potensi

1. **Potensi Otak/Kecerdasan Intelektual**
   Ciri orang yang memiliki kecerdasan intelektual tinggi yaitu, mampu untuk bekerja secara abstrak, baik menggunakan ide-ide, simbol, hubungan logis, maupun konsep-konsep secara teoritis, mampu untuk mengenali dan belajar serta menggunakan abstraksi tersebut dan mampu untuk menyelesaikan masalah termasuk masalah yang baru (Sunar, 2010:160).

2. **Potensi Emosi/Kecerdasan Emosi**
   Kecerdasan emosi (EQ) menurut Daniel Goleman (dalam Sunar, 2010:161-162) meliputi lima dasar kecakapan emosi dan sosial berikut:

   a. Kesadaran diri: mengetahui apa yang dirasakan dan menggunakannya untuk pengambilan keputusan, realistis, percaya diri, yakin akan kemampuan yang dimiliki.
   b. Pengaturan diri: mengelola emosi diri sedemikian rupa sehingga dapat bermanfaat positif terhadap pelaksanaan tugas, peka tetapi bukan perasa, sanggup menahan gejolak hati sebelum tercapainya suatu sasaran, mampu bangkit dari kegagalan dan bertahan dari tekanan emosi.
   c. Motivasi: memiliki hasrat yang kuat dan menggerakkannya serta menuntun dirinya sendiri dalam menuju sasaran , inisiatif dan efektif dalam bertindak, tidak mudah putus asa (kecewa atau frustasi).
   d. Empati: dapat merasakan apa yang dirasakan orang lain, dapat memahami perspektif mereka, menumbuhkan

hubungan yang harmonis didasarkan atas saling percaya serta mampu beradaptasi terhadap lingkungannya.

e. Keterampilan sosial: mampu mengendalikan emosi dengan baik dan berfikir jernih, baik ketika berhadapan dengan orang lain, cermat membaca situasi dan jaringan sosial, mampu berinteraksi dengan baik, mampu menggunakan keterampilan-keterampilan untuk mempengaruhi dan memimpin, menghormati pendapat orang lain, mampu menyelesaikan perselisihan, sanggup bekerja sama dan bekerja dalam tim.

3. Potensi Fisik/Kecerdasaan Fisik

Menurut Nurihsan (2005:74) ciri-ciri yang menonjol dari orang yang memiliki kecerdasan badaniah-kinestetis yang tinggi adalah sebagai berikut:

a. Memiliki daya kontrol tubuh yang luar biasa
b. Memiliki daya kontrol terhadap obyek
c. Mengetahui *timing* yang tepat
d. Mempunyai reflek yang sempurna dan sangat responsif dengan lingkungan fisik
e. Suka melakukan olahraga fisik
f. Mahir dalam kerajinan tangan
g. Gampang mengingat apa yang dilakukan dan bukan apa yang dikatakan atau diamati.

4. Potensi Spiritual/Kecerdasan Spiritual

Ian Marshal pengarang buku "*Spiritual Intelligence*" (dalam Nurihsan, 2005:76) menyebutkan bahwa orang yang memiliki kecerdasan spiritual tinggi adalah orang yang mampu berfikir realistis, mampu mengambil pelajaran dari kegagalan, siap menanggung resiko dari apa yang dilakukannya, dan konsisten antara apa yang dilakukan dengan apa yang dikatakan.

Munandar (dalam Direktorat Dikmenum, 2004:23) mengungkapkan ciri-ciri (indikator) keberbakatan sebagai berikut:

1. **Indikator Intelektual/Belajar**
    a. Mudah menangkap pelajaran.
    b. Mudah mengingat kembali.
    c. Memiliki perbendaharaan kata yang luas.
    d. Penalaran tajam.
    e. Daya konsentrasi baik.
    f. Menguasai banyak bahan tentang macam-macam topik.
    g. Senang dan sering membaca.
    h. Mampu mengungkapkan pikiran, perasaan atau pendapat secara lisan/tertulis dengan lancer dan jelas.
    i. Mampu mengamati secara cermat
    j. Senang mempelajari kamus, peta dan ensiklopedi.
    k. Cepat memecahkan soal.
    l. Cepat menemukan kekeliruan atau kesalahan.
    m. Cepat menemukan asas dalam suatu uraian.
    n. Mampu membaca pada usia lebih muda.
    o. Daya abstraksi cukup tinggi.
    p. Selalu sibuk menangani berbagai hal.

2. **Indikator Kreativitas**
    a. Memiliki rasa ingin tahu yang besar.
    b. Sering mengajukan pertanyaan yang berbobot.
    c. Memberikan banyak gagasan dan usul terhadap suatu masalah.
    d. Mampu menyatakan pendapat secara spontan dan tidak malu-malu.
    e. Mempunyai/menghargai rasa keindahan.
    f. Mempunyai pendapat sendiri dan dapat mengungkapkannya, tidak mudah terpengaruh orang lain.
    g. Memiliki rasa humor tinggi.
    h. Mempunyai daya imajinasi yang kuat.
    i. Mampu mengajukan pemikiran, gagasan pemecahan masalah yang berbeda dari orang lain (orisinil).
    j. Dapat bekerja sendiri.
    k. Senang mencoba hal baru.
    l. Mampu mengembangkan atau merinci suatu gagasan (kemampuan elaborasi).

3. Indikator Motivasi

a. Tekun menghadapi tugas.
b. Ulet menghadapi kesulitan.
c. Tidak memerlukan dorongan dari luar untuk berprestasi.
d. Ingin mendalami bahan/bidang pengetahuan yang diberikan.
e. Selalu berusaha berprestasi sebaik mungkin.
f. Menunjukkan minat terhadap bermacam-macam masalah orang dewasa.
g. Senang dan rajin belajar, penuh semangat dan cepat bosan.
h. Mengejar tujuan-tujuan jangka panjang.
i. Senang mencari dan memecahkan soal.

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa indikator pengenalan potensi diri, meliputi:

1. Kecerdasan intelektual
2. Kecerdasan emosi
3. Kecerdasan fisik
4. Kecerdasan spiritual
5. Kreativitas

D. Memahami Potensi Diri sebagai Titik Tolak Menggapai Cita-Cita

Manusia adalah makhluk Tuhan paling sempurna, manusia diberi kemampuan lebih dibanding makhluk lain. Kemampuan dan kesempurnaan itu tidak akan dapat berkembang secara optimal tanpa adanya suatu kerja keras. Potensi yang ada dalam diri perlu digali dan dikembangkan menjadi sebuah prestasi yang membanggakan. Memahami potensi diri adalah hal yang sangat penting sebagai titik tolak pertama untuk meraih sebuah cita-cita. Beberapa cara/kunci untuk meningkatkan potensi diri menurut Santoso (2010:79-99) antara lain:

a. Memiliki kejelasan

b. Kenali dan miliki kemampuan
c. Mengetahui faktor penghambat terbesar dalam diri
d. Mikili kreativitas
e. Miliki konsentrasi dan fokus
f. Miliki keberanian
g. Selalu selesaikan pekerjaan terpenting
h. Miliki pembimbing

Setiap manusia satu dengan yang lain memiliki potensi yang berbeda-beda. Ada yang berpotensi pada otaknya, pada fisiknya, pada emosinya dan ada juga yang berpotensi pada hatinya (spiritual). Mengingat betapa pentingnya memahami potensi diri dalam menggapai sebuah impian dan cita-cita, maka ada beberapa upaya yang bisa dilakukan untuk mengembangkan potensi diri menjadi sebuah prestasi yang membanggakan antara lain.

a. Jadi diri sendiri
b. Kumpulkan referensi dan informasi
c. Temukan pemandu/pelatih
d. Pelajari kehidupan orang lain
e. Manfaatkan berbagai kesempatan yang datang
f. Lingkungan/tempat
g. Jaringan
h. Ajarilah orang lain
i. Jangan cepat berpuas
j. Evaluasi

Wallahu A'lam.

ONE MAN'S FAULT IS ANOTHER MAN'S LESSON
Kesalahan seseorang adalah pelajaran bagi orang yang lainnya

BAB 19

STRES BELAJAR

A. Pengertian Stres Belajar

Dalam proses belajar sehari-hari, seringkali siswa mengalami hambatan berupa tantangan dan masalah, bisa dari diri siswa itu sendiri atau dari lingkungan sekitar. Masalah dan tantangan ini bisa menimbulkan stress yang mengganggu proses belajar dan hasil belajar siswa.

Stres yaitu respon (reaksi) fisik dan psikis, yang berupa perasaan tidak enak, tidak nyaman, atau tertekan terhadap tekanan atau tuntutan yang dihadapi sebagai dampak dari persepsi yang kurang tepat terhadap sesuatu yang mengancam keselamatan dirinya, merusak harga dirinya, menggagalkan keinginan atau kebutuhannya (Yusuf, 2004:96).

Sedangkan Siswanto (2007:50) mendefinisakan "stress adalah akibat dari interaksi (timbal-balik) antara rangsangan lingkungan dan respon Individual ". Menurut Handoko stress juga dapat diartikan "suatu kondisi ketegangan yang mempengaruhi emosi, proses berpikir dan kondisi seseorang". (dalam Lukluk dkk, 2011:69)

Dari pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa stress adalah suatu kondisi tegangan (*tension)* baik secara fisik maupun psikologis yang mempengaruhi emosi, proses berpikir, dan kondisi seseorang sebagai respon atau reaksi individual yang diakibatkan oleh tekanan

dari lingkungan yang dipersepsi mengancam, mengganggu, membebani atau menggagalkan keinginan dan kebutuhannya.

Dalam *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, secara etimologis belajar memiliki arti "berusaha memperoleh kepandaian atau ilmu". Belajar merupakan proses manusia mencapai berbagai macam kompetensi, keterampilan, dan sikap. Belajar dimulai sejak manusia lahir sampai akhir hayat.

Belajar diartikan berbeda-beda oleh beberapa ahli, di antaranya yang dikemukakan oleh Fauzi (dalam Enis, 2009:20) belajar adalah "suatu proses di mana suatu tingkah laku ditimbulkan atau diperbaiki malalui serenteten reaksi atau situasi (atau rangsangan) yang terjadi". Pendapat yang sama dikemukakan oleh Morgan (dalam Purwanto, 2010:84) bahwa belajar yaitu "setiap perubahan yang relatif menetap dalam tingkah laku yang terjadi sebagai suatu hasil dari latihan atau pengalaman". Sedangkan Baharuddin dan Esa (2010:13) menyimpulkan pendapat dari Hilgrad dan Bower bahwa definisi belajar adalah "memperoleh pengetahuan atau menguasai pengetahuan melalui pengalaman, mengingat, menguasai pengalaman, dan mendapatkan informasi atau menemukan". Belajar dapat diartikan pula sebagai "suatu perubahan didalam kepribadian yang menyatakan diri sebagai suatu pola baru daripada reaksi yang berupa kecakapan, sikap, kebiasaan, kepandaian atau suatu pengertian" (Witherington dalam Purwanto, 2010:84)

Dari beberapa pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa belajar adalah suatu proses perubahan individual sebagai hasil dari latihan dan pengalaman, perubahan tersebut bisa berupa pengetahuan, kepandaian, keterampilan, tingkah laku dan kebiasaan dari individu tersebut.

Selanjutnya dari pengertian stress dan pengertian belajar yang sudah diuraikan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa stress belajar adalah suatu kondisi tegang baik secara fisik maupun psikologi yang diakibatkan oleh tekanan dari lingkungan yang dipersepsi bisa

mengganggu, membebani, dan menggagalkan dalam proses perubahan dalam diri, berupa pengetahuan, tingkah laku, dan kebiasaan.

B. Gejala Stres Belajar pada Siswa

Kondisi stress dapat dilihat atau diamati dari gejala-gejalanya, baik gejala fisik maupun emosional atau kognitif. Jika seseorang dapat memahami gejala siswa yang mengalami stress, maka ia dapat mengatasi dan membantu menyelesaikan masalah tersebut.

Berikut akan diuraikan beberapa gejala-gejala yang sering ditampakkan pada seorang siswa yang mengalami stress belajar (Yusuf, 2004:98):

1. Gejala fisik

Gejala yang berhubungan dengan fungsi tubuh seorang tersebut. Gejala fisik ini diantaranya: sakit kepala, sakit perut, susah tidur, denyut jantung cepat, telapak tangan berkeringat, sering buang air kecil, dan mudah lelah.

2. Gejala emosional atau kognitif

Gejala yang ditampakkan dalam bentuk perilaku, dan yang berhubungan dangan proses berpikir seseorang. Gejala ini diantaranya: gelisah atau cemas, kurang dapat berkonsentrasi belajar, sikap apatis (masa bodoh), merasa putus asa (pesimis) saat tidak bisa mengerjakan tugas, malas belajar, prestasi belajar rendah, hilang rasa humor, sering melamun, mudah bingung, bermasalah dengan ingatan (mudah lupa, susah mengingat), jadi pendiam atau bungkam seribu bahasa dan sering marah-marah atau bersikap agresif baik secara verbal (seperti: berkata-kata kasar, dan menghina) maupun non-verbal (seperti: menendang, menempeleng, membanting pintu dan memecahkan barang-barang).

Seseorang yang mengalami stress tidak selalu menampakan seluruh gejala-gejala yang diuraikan tadi. Bisa saja seorang tadi menampakkan gejala-gejala tersebut karena masalah lain, misalnya karena ada gangguan kesehatan secara fisik. Sebagai contoh ada seorang siswa yang tampak lesu dan tidak bersemangat dalam belajar, bukan berarti siswa tersebut mengalami stress, bisa saja siswa tersebut sedang mengalami gangguan pada kesehatan badan atau jasmaninya..

C. Faktor Penyebab Stres Belajar pada Siswa

Faktor pemicu stress belajar dapat diklasifikasikan ke dalam dua kelompok, berikut uraiannya:

1. Faktor Endogen atau Internal

Faktor endogen atau internal ini adalah faktor-faktor yang berasal dari dalam diri Individual aldan dapat memengaruhi hasil belajar Individual altersebut. Faktor ini meliputi faktor fisiologis atau fisik dan faktor psikologis atau psikis.

a. Faktor fisiologis atau fisik
Yang termasuk kedalam faktor ini misalnya penyakit yang sulit disembuhkan, cacat fisik misalnya siswa tersebut bisu, tuli sejak lahir, keadaan tersebut bisa memengaruhi hasil belajar siswa dibanding siswa lain, hal tersebut bisa menjadi beban pikiran siswa yang menjadikan siswa tersebut stres.

b. Faktor psikologis atau psikis.
Faktor-faktor psikologis adalah keadaan psikologis seseorang yang dapat memengaruhi proses belajar (Baharuddin dan Esa, 2010:20). Beberapa faktor psikologis yaitu minat, sikap seperti suka berburuk sangka *(negative thinking)*, frustasi (kekecewaan karena gagal memperoleh sesuatu yang diinginkan), iri hati atau dendam, sikap permusuhan, perasaan cemburu dan keinginan diluar kemampuan dan bakat.

2. Faktor Eksogen atau Eksternal

Faktor eksogen berasal dari luar diri siswa yaitu dari lingkungan sekitar siswa tersebut. Faktor eksogen sebetulnya meliputi beberapa hal, namun kita bisa membaginya dalam tiga faktor yaitu (1) faktor keluarga, (2) faktor sekolah, dan (3) fakor lingkungan lain di luar faktor keluarga dan sekolah.

a. Faktor keluarga
   Dalam hubungan dengan belajar, faktor keluarga tentu saja mempunyai peranan penting. Keadaan keluarga akan sangat menentukan psikis dan hasil belajar siswa, ada keluarga yang selalu diliputi suasana tenteram dan damai, tetapi ada pula yang sebaliknya. Hal ini pula dapat menjadikan siswa tersebut stress dalam menjalankan proses belajar di sekolah, karena masalah keluarga dibawa ke lingkungan sekolah.
   Faktor keluarga ini misalnya: kondisi ekonomi keluarga yang tidak bagus sehingga siswa kekurangan uang saku, sifat orang tua yang terlalu keras, hubungan antara anggota keluarga yang tidak harmonis (*broken home)*, perceraian orang tua, dan salah seorang keluarga meninggal dunia.

b. Faktor sekolah
   Faktor lingkungan sosial sekolah seperti para guru, pegawai administrasi dan teman-teman sekolah, dapat memengaruhi semangat belajar seorang siswa (Sobur, 2003:250). Yang termasuk ke dalam faktor ini misalnya hubungan antar guru dan siswa, cara mengajar guru, materi pembelajaran, perangkat pembelajaran serta hubungan antar siswa.

c. Faktor lingkungan lain
   Faktor lingkungan lain di sini yaitu lingkungan masyarakat, kondisi lingkungan masyarakat tempat tinggal siswa akan memengaruhi belajar siswa dan keadaan psikologis siswa tersebut. Misalnya teman bergaul dan aktifitas dalam masyarakat, lingkungan tempat tinggal siswa yang kumuh serta jarak rumah dan sekolah terlalu jauh.

D. Indikator Stress Belajar Pada Siswa

Setiap manusia senantiasa berada dalam suatu interaksi dua arah dengan lingkungannya, dan setiap individu yang sehat akan berusaha untuk menjaga keseimbangan yang dinamis dengan lingkungannya. Namun pada saat seorang individu mendapatkan tekanan yang melebihi kemampuan beradaptasi, maka individu tersebut bereaksi yang kita sebut dengan stres.

Dalam proses pembelajaran siswa, setiap guru mempunyai keinginan agar semua siswanya dapat memperoleh hasil belajar yang baik dan memuaskan. Akan tetapi harapan tersebut sering kali kandas dan tidak bisa terwujud, karena banyak siswa tidak seperti yang diharapkan. Mereka sering mengalami berbagai macam kesulitan dalam belajar, sehingga hasil belajarnya rendah dan tidak jarang menimbulkan stres pada siswa. Sebagai pertanda siswa mengalami stres dalam belajar dapat diketahui dari ciri-cirinya.

Adapun indikator atau ciri-ciri stres belajar pada siswa:

a. Sikap apatis (masa bodoh) pada pelajaran.
b. Malas belajar.
c. Kurang dapat berkonsentrasi belajar.
d. Gelisah atau cemas.
e. Sering marah-marah
f. Sering melamun.
g. Susah tidur.
h. Telapak tangan berkeringat/ gugup
i. Merasa putus asa (pesimis) saat tidak bisa mengerjakan tugas.
j. Prestasi belajar rendah.

E. Cara Mengurangi Stres Belajar Siswa

Cara mengurangi atau pengelolaan stres disebut juga dengan istilah *coping*. Menurut Weiten dan Lloyd (dalam Yusuf, 2004:118) coping adalah “upaya-upaya untuk mengatasi, mengurangi, atau mentoleransi ancaman dan beban perasaan yang tercipta karena stress”. Coping juga dapat diartikan bagaimana seseorang bereaksi saat menghadapi stres dan mengelola tuntutan dan tekanan yang dihadapinya (Zuyina dan Bandiyah, 2011:98).

Dalam kaitan ini, Yusuf (2004:118-131) berpendapat ada beberapa faktor yang dapat mengurangi stres, diantaranya yaitu:

1. **Dukungan Sosial**
   Dukungan sosial dapat diartikan sebagai pemberian bantuan atau pertolongan terhadap seseorang yang mengalami stres dari orang lain yang memiliki hubungan dekat (saudara atau teman).

   Sedangkan menurut Zuyina dan Bandiyah (2011:94) dukungan sosial adalah “suatu bentuk dukungan dari pihak lain bahwa kita dicintai, diperhatikan dan bernilai”.

   House (dalam Yusuf, 2004:119) mengemukakan bahwa dukungann sosial memiliki empat fungsi, yaitu sebagai berikut:

   a. *Emotional support,*
   b. *Appraisal support,*
   c. *Information support,*
   d. *Instrumental support*.

2. **Kepribadian**
   Tipe atau karakteristik kepribadian seseorang mempunyai pengaruh yang cukup berarti dalam mengurangi stres belajar. Diantara tipe atau karakteristik kepribadian tersebut adalah sebagai berikut:

   a. *Hardiness* (ketabahan, daya tahan)
   b. Optimis
   c. Humoris

3. **Pendekatan *Rational Emotive Therapy***
   Terapi rasional emotif merupakan suatu pendekatan terapi yang memfokuskan kepada upaya untuk mengubah pola berpikir klien yang irrasional sehingga dapat mengurangi gangguan emosi atau perilaku yang maladaptif.

4. **Meditasi**
   Meditasi merupakan latihan mental untuk memfokuskan kesadaran atau perhatian dengan cara yang nonanalitis. Melalui meditasi ini seseorang dapat meredam atau mereduksi kekalutan emosinya.

5. **Mengamalkan Ajaran Agama**
   Orang yang taat beragama atau memiliki keimanan kepada Tuhan, maka dia akan mampu mengelola hidup dan kehidupannya secara sehat, wajar, dan normatif, serta mampu menghadapi situasi stres secara positif dan konstruktif.

6. **Memahami Faktor-faktor yang menyebabkan stres**
   Dalam hal ini guru pembimbing dapat mengkaji apakah faktor penyebab stres bersifat internal atau eksternal, setelah diketahui faktor penyebabnya, maka dapat dilakukan langkah berikutnya. *Wallhu A'lam*.

BAB 20
KOMUNIKASI INTERPERSONAL

A. Pengertian Komunikasi Interpersonal

Komunikasi interpersonal (*interpersonal communication*) disebut juga komunikasi antarpribadi. Diambil dari terjemahan kata *interpersonal,* yang terbagi dalam dua kata, *inter* berarti antara atau antar, dan *personal* berarti pribadi. Definisi umum komunikasi interpersonal adalah komunikasi antar orang-orang secara tatap muka, yang memungkinkan setiap peserta menangkan reaksi yang lain secara langsung, baik secaraverbal maupun nonverbal (Enjang, 2009: 68).

Menurut Mulyana (dalam Enjang, 2009:68) bentuk khusus komunikasi interpersonal adalah diadik (*dyadic communication*) yang melibatkan hanya dua orang. Komunikasi interpersonal merupakan komunikasi yang berlangsung diantara dua orang yang mempunyai hubungan yang mantap dan jelas (Agus, 2007:231). Agar materi pelajaran yang disampaikan oleh guru dapat diterima harus ada jalinan komunikasi secara intens mendalam).

Pada hakekatnya proses komunikasi yang terjalin antara guru dengan siswa yang terjadi di dalam kelas adalah seorang guru sebagai pengelola pembelajaran dituntut untuk menciptakan iklim pembelajaran yang kondusif baik iklim sosial maupun maupun iklim psikologis. Sedangkan hubungan psikologis ditujukan adanya saling percaya dan saling menghormati diantara keduanya.

Dari penejalasan dari para ahli diata maka dapat disimpulkan bahwa komunikasi interpersonal adalah komunikasi antar orang-orang secara tatap muka,yang memungkinkan setiap peserta menangkap reaksi yang lain secara langsung, baik secara verbal maupun nonverbal dimana komunikasi ini merupakan inti hubungan manusia.

B. Bentuk-Bentuk Komunikasi Interpersonal

Dalam pelaksanaan komunikasi interpersonal sebelumnya terjadi dulu komunikasi intra pribadi (*intrapersonal communication*), yaitu komunikasi dengan diri sendiri, misalnya berpikir. Komunikasi ini merupakan landasan komunikasi interpersonal, dan komunikasi dalam konteks-konteks lainnya. Dalam komunikasi interpersonal, terdapat bentuk-bentuk komunikasi yaitu komunikasi insani, komunikasi nonverbal, komunikasi verbal (Enjang, 2009: 68-69).

1. Komunikasi Insani

Komunikasi insani adalah proses pembentukan makna antara dua orang atau lebih. Komunikasi insan merupakan satu proses yang tak dapat diraba (*intangible*), yang selalu berubah. Banyak orang mengatakan bahwa suatu model yang nyata (*tangible*), akan membantu menjelaskan proses tersebut. Komunikasi didefinisikan secara luas sebagai berbagai pengalaman sampai batas tertentu. Setiap makhluk dapat dikatakan melakukan komunikasi dalam pengertian berbagai pengalaman. Yang membuat komunikasi menjadi unik adalah kemampuannya yang istimewa untuk menciptakan dan menggunakan lambang-lambang.

2. Komunikasi Non Verbal

Batasan komunikasi non verbal tidaklah selalu mudah. Sebagaimana dikemukakan Horison (dalam Enjang, 2009:69) bahwa batasan komunikasi non verbal sebenarnya sebagai arah dari

satu gejala. Seperti setiap bentuk wajah dan gerak-gerik tubuh seseorang, sebagai suatu cara dan simbol dari statusnya. Seperti tarian, drama sampai ke musik atau sandiwara bisu, dari tahap mempengaruhi sampai tahap kebalikan, dari kebisaaan perilaku binatang sampai kepada protokol dan diplomasi. Dilihat dari fungsinya, perilaku nonverbal mempunyai beberapa fungsi. Paul Eikman (dalam Enjang, 2009:70-71) menyebutkan lima fungsi. Pertama *emblem.* Gerakan mata tertentu merupakan simbol yang memiliki kesetaraan dengan simbol verbal. Kedipan mata dapat mengatakan saya tidak sungguh-sungguh. Kedua *ilustrator*. Pandangan ke bawah dapat menunjukkan depresi atau kesedihan. Ketiga *regulator,* kontak mata berarti saluran percakapan terbuka. Memalingkan muka menandakan ketidaksediaan komunikasi. Keempat *penyesuaian.* Kedipan mata cepat meningkat ketika orang mengalami tekanan. Hal ini merupakan respon tidak disadari, merupakan respon dari tubuh untuk mengurangi kecemasan. Kelima *affect display*. Pembesaran manik mata menunjukkan peningkatan emosi. Isyarat wajah menunjukkan perasaan takut, terkejut atau senang.

Dalam hubungannya dengan perilaku verbal, perilaku nonverbal mempunyai beberapa fungsi (Enjang, 2009:71-72). *Pertama*, perilaku nonverbal dapat mengulangi perilaku verbal. Misalnya seseorang menganggukkan kepala ketika ia mengatakan ”ya”. *Kedua*, memperteguh, menekankan atau melengkapi perilaku verbal. Misalnya seseorang melambaikan tangan, seraya mengucapkan ”selamat jalan”, atau ia menggunakan gerakan tangan dengan telapak tangan ke depan sebagai pengganti kata tidak. *Ketiga*, perilaku nonverbal dapat meregulasi perilaku verbal. Misalnya seorang mahasiswa mengenakan jaket, membereskan buku atau melihat jam tangan ketika kuliah, sehingga dosen segera menghentikan kuliahnya. *Keempat*, perilaku nonverbal dapat membantah atau bertentang dengan perilaku verbal. Misalnya seorang suami mengatakan ”bagus” ketika diminta komentar istri tentang gaun yang baru dibelinya. Seraya terus membaca surat kabar atau menonton televisi.

3. Komunikasi Verbal

Komunikasi verbal adalah sarana utama untuk menyatakan pikiran, perasaan dan maksud seseorang (Enjang, 2009:75). Komunikasi atau bahasa verbal menggunakan kata-kata yang mempresentasikan berbagai aspek realitas individual seseorang. Konsekuensinya, kata-kata adalah abstrak realitas, yang tidak mampu menimbulkan reaksi yang merupakan totalitas objek, atau kata-kata konsep yang diwakili kata-kata itu. Misalnya kata rumah, kursi, mobil, atau mahasiswa.

Bahasa dapat didefinisikan sebagai seperangkat simbol, dengan aturan utuk mengkombinasikan simbol-simbol tersebut yang digunakan dan dipahami dalam suatu komunitas. Fungsi bahasa yang mendasar adalah untuk menamai atau menjuluki orang, objek dan peristiwa. Setiap orang punya nama atau obyek untuk di identifikasi status dan kelas sosialnya. Fungsi bahasa yang kedua adalah sebagai sarana untuk berhubungan dengan orang lain. Sebenarnya banyak berkaitan dengan interaksi komunikasi, khususnya fungsi sosial dan fungsi intrumental. Ringkasnya, bahasa memungkinkan kita bergaul dengan orang lain untuk kesenangan kita, mempengaruhi mereka untuk tujuan kita.

C. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Komunikasi Interpersonal

Menurut Surya (2007:18) ada 4 faktor yang mempengaruhi komunikasi interpersonal yaitu: informasi, perintah, mempengaruhi dan integrasi. Informasi adalah fungsi komunikasi untuk memperoleh dan memberikan informasi kepada pihak-pihak yang bersangkutan baik internal maupun eksternal. Perintah atau instruksi adalah komunikasi untuk tujuan memberikan perintah kepada perorangan atau kelompok. Mempengaruhi adalah komunikasi untuk mempengaruhi pihak terkait dalam mewujudkan perilaku tertentu yang dikehendaki. Integrasi adalah komunikasi untuk memadukan berbagai kegiatan antar individu atau kelompok di lingkungan sekolah.

Menurut Soekamto (2000:36) pelaksanaan komunikasi dipengaruhi oleh faktor–faktor di antaranya: proses kestabilitas sosial

sebagai produk masyarakat, proses perubahan dalam stabilitas nasional, sifat dan hakiki konflik sosial dan proses interaksi antar personal sebagai cara untuk membentuk saling ketergantungan dan saling pengertian antar anggota masyarakat melalui pemberian dan arti yang sama dengan tujuan dan menjadi milik bersama. Dengan kata lain proses komunikasi adalah suatu proses pemindahan ide-ide dari sumber dalam bentuk informasi atau pesan, melalui suatu interaksi antara orang-orang yang terlibat dalam komunikasi. Proses komunikasi tersebut diharapkan dapat merubah tingkah laku penerima ide atau pesan tersebut.

D. Prinsip Komunikasi Interpersonal

Setiap bentuk komunikasi memiliki prosedur, baik formal maupun informal ketika mengarah kepada mekanismenya masing-masing. Dengan begitu, komunikasi bisa berjalan secara lancar dan sesuai yang diharapkan. Komunikasi interpersonal memiliki beberapa prinsip (Enjang, 2009:79-81), yakni:

1. Komunikasi interpersonal bersifat relasional. Karena dalam semua aktivitas komunikasi orang tidak sekedar saling menyampaikan makna, tetapi juga bernegosiasi mengenai hubungan mereka.

2. Komunikasi interpersonal mengandung maksud tertentu. Ketika seseorang berbicara dengan orang lain, orang itu mempunyai alasan untuk melakukannya. Komunikasi itu dirancang untuk memnuhi kebutuhan yang dirasakan seseorang.

3. Komunikasi interpersonal bisa dipelajari. Keefektifan komunikasi interpersonal merupakan hasil langsung dari keterampilan yang dipelajari. Misalnya, jika keluarga kita berbicara dalam bahasa Inggris, kita belajar berkomunikasi dalam bahasa Inggris. Jika keluarga kita percaya bahwa menatap mata orang secara langsung ketika berbicara adalah tindakan yang tidak sopan, kita akan belajar untuk

menundukkan pandangan saat berbicara.

4. Komunikasi interpersonal berlangsung terus-menerus. Karena komunikasi interpersonal biasa berbentuk nonverbal maupun verbal, kita selalu mengirim ”pesan” yang kemudian disimpulkan dan dimaknai oranglain. Kapan pun jika ada dua orang yang saling menyadari kehadiran dan perhatian masing-masing, di situ terjadi komunikasi. Bahkan jika kita hanya diam, misalnya, orang lain bisa mengambil kesimpulan tentang kediaman kita. Karena diamnya kita menunjukkan satu reaksi terhadap lingkungan atau orang-orang di sekitar kita.

5. Pesan komunikasi interpersonal berubah-ubah dalam proses *encoding* secara sadar. Berbagi (saling menyampaikan) makna dengan orang lain meliputi *encoding* dalam bentuk pesan verbal dan perilaku nonverbal. Proses *encoding* tersebut bias terjadi secara spontan, bias berdasarkan skenario yang sudah dipelajari, atau bisa juga merupakan hasil pertimbangan yang hati-hati berdasarkan pemahaman terhadap situasi yang ditemukan sendiri.

E. Fungsi Komunikasi Interpersonal

Tanpa kita sadari, keberadaan komunikasi interpersonal telah berperan aktif dalam kehidupan, bahkan tidak sedikit manusia yang malakukan paktik komunikasi interpersonal. Menurut Enjang (2009:77-79) fungsi komunikasi interpersonal ada 6 yaitu memenuhi kebutuhan sosial dan psikologis, mengembangkan kesadaran diri, matang akan konvensi sosial, konsistensi hubungan dengan orang lain,mendapatkan informasi yang banyak, biasa mempengaruhi atau dipengaruhi orang lain.

1. Memenuhi kebutuhan sosial dan psikologis. Dengan komunikasi interpersonal, kita bisa memenuhi kebutuhan sosial atau psikologis kita. Pada dasarnya kita adalah makhluk sosial yaitu orang yang membutuhkan orang lain, sebagaimana halnya

manusia membutuhkan makanan, minuman, perlindungan dan sebagainya. Apabila kehilangan kontak dengan orang lain, kebanyakan orang akan berhalusinasi, kehilangan koordinasi motorik, dan secara umum tidak bisa menyesuaikan diri dengan diri dan lingkungan sekitar.

2. Mengembangkan kesadaran diri. Melalui komunikasi interpersonal akan terbiasa mengembangkan kesadaran diri. Kita mengkonfirmasikan tentang siapa dan apa diri kita. Apa yang kita pikirkan tentang diri kita. Namun ada yang sebagian merupakan refleksi dari apa yang orang lain sebut tentang diri kita.

3. Matang akan konvensi sosial. Melalui komunikasi interpersonal kita tunduk atau menentang konvesi sosial. Kita berkomunikasi, beramah-tamah dengan orang lain dalam rangka memenuhi konvensi sosial. Mengabaikan orang lain dan tidak berbicara, berarti menentang konvensi sosial dan menimbulkan kesan melalaikan orang lain.

4. Konsistensi hubungan dengan orang lain. Melalui komunikasi interpersonal kita menetapkan hubungan kita. Kita berhubungan dengan orang lain, melalui pengalaman yang kita lalui bersama dengan mereka, dan melalui percakapan-percakapan dengan mereka. Ketika kita bertemu dengan seseorang secara terus-menerus, sifat dasar komunikasinya akan menetapkan tipe dan kualitas hubungan kita. Jika percakapan hanya mengenai hal-hal remeh, itu akan menjadi sekedar kenalan. Jika dalam percakapan itu ada perdebatan dan perang mulut, hubungan akan menjadi tidak sehat. Jika kita memulai percakapan tentang perasaan yang mendalam, berbagi cerita pribadi, mendengarkan orang lain dengan empati dan pemahaman, dan membicarakan persoalan yang berhubungan dengan kita, maka kita akan mengembangkan hubungan yang sehat, dekat dan lebih intim.

5. Mendapatkan informasi yang banyak melalui komuniksi

interpersonal, kita juga akan memperoleh informasi yang lebih. Informasi yang akurat dan tepat waktu merupakan kunci untuk membuat keputusan yang efektif. Jika kita bisa memperoleh sebagian informasi melalui observasi langsung, membaca, mendengarkan dari berbagai media, kita bisa memperoleh banyak informasi yang bisa digunakan untuk mengambil keputusan selama berbicara dengan orang lain.

6. Biasa mempengaruhi atau dipengaruhi orang lain melalui komunikasi interpersonal, kita mempengaruhi dan atau dipengaruhi oleh orang lain. Jika hasil yang diharapkan menyangkut persetujuan dan kerjasama dengan orang lain, komunikasi interpesonal berfungsi untuk mmpengaruhi gagasan dan perilaku. Kita bisa menggunakan bentuk komunikasi ini untuk mempengaruhi orang lain dan demikian pula sebaliknya.

F. Ciri dan Tujuan Komunikasi Interpersonal

Komunikasi interpersonal merupakan pesan atau informasi yang disampaikan yang bertujuan agar teman bicaranya menjadi mengerti, memahami apa yang disampaikan. Komunikasi interpersonal dalam pendidikan adalah bentuk dominasi yang didasari atas tanggung jawab dan kemampuan pribadi, yang berusaha untuk mempengaruhi, mengajak dan menggerakan lawan bicaranya untuk melaksanakan kehendak dengan cara mengkomunikasikan secara baik.

Menurut Sarwono (2007:94) sikap sebagai kesiapan pada seseorang untuk bertindak secara tertentu terhadap hal-hal tertentu dan hal ini berkaitan dengan komunikasi interpersonal siswa. Ciri–ciri komunikasi interpersonal adalah: keterbukaan, empati, sikap mendukung, sikap positif. Tujuan komunikasi tersebut adalah meliputi tiga aspek, yaitu: aspek informatif, aspek persuasif, dan aspek entertainmen. Aspek informatif yaitu aspek yang berkaitan dangan kemampuan intelektual seseorang untuk bertindak rasional. Aspek persuasive yaitu aspek yang berkaitan dengan hal-hal yang menyenangkan. Aspek entertainmen yaitu aspek yang berkaitan

dengan hal-hal yang menyenangkan.

Keterbukaan merupakan ciri-ciri komunikasi interpersonal. Keterbukaan dapat digambarkan sebagai sikap dan perilaku seseorang yang mencerminkan adanya keterus terangan terhadap ada yang dipikirkan, diinginkan, diketahui dan kesediaan menerima saran serta kritik dari orang lain.

Empati dapat diwujudkan dalam bentuk memahami dan menghayati ikiran dan perasaan; melihat berbagai persoalan dengan menggunakan perspektif atau sudut pandang. Penciptaan kehangatan hubungan dapat diwujudkan dalam bentuk: interaksi secara akrab tetapi saling menghargai menambah frekwensi interaksi dan tidak bersikap dingin; membangun suasana humor dan komunikasi ringan.

Sikap positif digambarkan sebagai sikap dan perilaku seseorang untuk dapat berpikir jernih. Sikap positif adalah sikap dan perilaku tidak buruk sangka, mendahulukan sisi positif dari suatu masalah. Sikap positif diwujudkan dalam sopan santun dalam bertindak dan bertutur kata terhadap orang tanpa menyinggung, menyakiti serta menghargai tata cara yang berlaku sesuai dengan norma, budaya dan adat istiadat.

Sikap mendukung dalam berkomunikasi interpersonal seperti berinteraksi dengan teman-teman di lingkungan sekolah, menjalin ikatan persaudaraan dengan teman, dapat bergaul di masyarakat, bisa mengikuti kegiatan kelompok maupun kegiatan di masyarakat. Selain itu, dapat mengikuti dan melaksanakan kegiatan bersama, disiplin, taat, patuh, tertib, dapat bertanggungjawab. *Wallahu A'lam*.

LOVE IS BEAUTY BUT NOT EVERY BEAUTY
HAS LOVE
Cinta itu indah, tetapi tidak setiap keindahan itu
mengandung cinta

BAB 21
LUPA DALAM BELAJAR

A. Pengertian Lupa

"Lupa" adalah lawan dari kata "ingat". Oleh sebab itu, ada baiknya sebelum membahas "lupa" sebaiknya memahami dulu akan "ingat" atau "mengingat". Kegiatan mengingat merupakan perpaduan antara kegiatan-kegiatan menerima, menyimpan, dan mereproduksi kesan-kesan yang diperoleh lewat penginderaan atau pengamatan.Jadi, ada tiga kegiatan yang berlangsung dalam proses mengingat, yaitu *menerima atau menyerap kesan, menyimpannya di dalm memori, dan memproduksinya kembali ke alam sadar*. Ini berarti bahwa kuat lemahnya ingatan seseorang banyak tergantung pada tiga daya atau kemampuan, yaitu "daya serap, daya simpan, dan daya repro".

Ditinjau dari tiga daya yang terdapat dalam proses mengingat, maka dapat diketahui sumber-sumber yang menyebabkan manusia berbeda-beda daya dan kemampuan ingatannya. Secara garis besar, Jauhari (1998:44) membedakan daya ingat manusia dengan skema sebagaimana halaman berikut:

Tabel 21.1: Daya Ingat Manusia

No	D A Y A			Keterangan
	Serap	Simpan	Repro	
1	+	+	+	Baik
2	+	+	-	
3	-	+	+	Cukup
4	+	-	+	
5	+	-	-	
6	-	-	+	Kurang
7	-	+	-	
8	-	-	-	Idiot

+ = artinya kuat, atau dalam, atau cepat
- = artinya lemah, atau dangkal, atau lambat

Kemampuan mengingat memiliki peranan yang sangat penting bagi manusia dalam menjalankan kehidupannya. Hampir tidak ada satupun kegiatan sehari-hari – termasuk belajar – yang tidak berkaitan dengan kemampuan ini. Manusia tidak akan bisa menjalankan kehidupannya dengan baik dan normal apabila tidak memiliki kemampuan mengingat dengan baik. Di dalam al-Qur'an banyak sekali ayat yang menerangkan bahwa Rasulullah SAW. mempunyai tugas utama untuk membuat manusia "ingat" terhadap fungsi mereka sebagai hamba Allah SWT., sekaligus sebagai *khalifah*-Nya di atas bumi ini. Berbagai bentuk ungkapan dipergunakan al-Qur'an untuk menerangkan masalah mengingat ini, baik dalam bentuk peringatan dan ancaman, maupun dalam bentuk informasi, pertanyaan dan perintah (Baca Al-Qur'an Surat Al-A'raf: 7:2; Qaaf, 50:52; Adz-Dzariyat, 51:55; dan Al-Ghasiyyah, 88:31).

Untuk memiliki daya ingat yang baik dan kuat diperlukan syarat-syarat tertentu, antara lain:

a. Usahakan agar dalam proses penginderaan atau pengamatan, semua kesan dapat masuk ke dalam memori dengan baik dan mantap
b. Ciptakan asosiasi atau persepsi yang baik di dalam memori, agar kesan-kesan yang masuk ke dalamnya bisa bertahan lama
c. Hindari adanya intervensi informasi yang tidak perlu

d. Jauhi segala hal yang bisa mengganggu atau merusak ingatan, baik yang timbul dari dalam diri sendiri ataupun dari luar (Jauhari, 1998:46).

Dalam transfer belajar memerlukan daya ingatan yang terlatih dengan baik. Akan tetapi pada kenyataannya sangat bertolak belakang. Acapkali terjadi apa yang telah dipelajari dengan tekun justru sukar untuk diingat kembali dan mudah terlupakan. Sedangkan yang dialami/dipelajari secara sepintas lalu, lama melekat dalam jiwa dan tidak pernah dilupakan.

Ada beberapa hal yang menyebabkan orang lupa terhadap sesuatu hal yang pernah dialami, antara lain;

a. Apa yang telah dialami tidak pernah digunakan atau dilatih/diingat lagi, sehingga lama-kelamaan akan mudah terlupakan.
b. Adanya hambatan yang terjadi karena gejala-gejala/isi jiwa yang lain.
c. Adanya represi atau tekanan terhadap item yang telah ada baik sengaja maupun tidak (Purwanto, 2007:112).
d. Terjadi karena perubahan sikap dan minat siswa terhadap proses dan situasi belajar tertentu

Dengan demikian, masalah lupa bukanlah masalah waktu; bukan soal jarak waktu antara pengamatan dan ingatan, melainkan masalah kejadian-kejadian atau gangguan-gangguan tertentu dalam jiwa manusia. Banyak orang-orang tua yang justru dapat mengingat dan menceritakan pengalaman-pengalaman masa kecilnya dengan jelas dan teratur, daripada orang-orang yang baru menginjak setengah umur.

Jauhari (1998:45) berpendapat bahwa peristiwa lupa ini terjadi pada saat seseorang tidak mampu mereproduksi kesan-kesan yang tersimpan di dalam memorinya. Hal ini bisa terjadi karena beberapa faktor, antara lain karena:

a. Pada saat penginderaan, *objek ataua rangsang dari luar tidak diserap dengan baik dan sempurna*. Umpamanya karena pikiran yang sedang kalut, kurang konsentrasi, atau karena objek tersebut memang kurang menarik minat.
b. Kesan yang masuk ke dalam memori *tidak tersimpan dengan baik*, akibat tidak melewati proses apersepsi atau karena tidak terciptanya asosiasi dengan kesan-kesan yang ada sebelumnya.
c. Adanya *intervensi informasi*, yaitu masuknya berbagai informasi atau kesan baru ke dalam emmori. Sehingga menyebabkan lemahnya ingatan terhadap informasi lama yang sudah masuk sebelumnya. Sementara kesan informasi lama tersebut tidak diulang-ulang secara terus-menerus.
d. Adanya *penyakit yang mengganggu ingatan*, seperti mabuk, bingung, amnesia (kehilangan ingatan) dan lain-lain.

Kiat terbaik untuk mengurangi lupa adalah dengan cara meningkatkan daya ingat akal siswa. Beragam kiat dalam meningkatkan daya ingatan antara lain menurut Barlow, Reber dan Anderson, sebagai berikut:

a. *Overlearning* atau belajar lebih, yakni upaya belajar yang melebihi batas dasar atas materi pelajaran tertentu.
b. *Extra study time* atau tambahan waktu belajar, yakni penambahan alokasi waktu belajar atau penambahan frekuensi (kekerapan aktifitas) belajar.
c. *Mnemonic device* atau muslihat memori, yakni kiat khusus yang dijadikan alat pengait mental untuk memasukkan item-item informasi ke dalam sistem akal siswa.

B. Konotasi Lupa dalam Al-Qur'an

Di dalam Al-Qur'an banyak sekali ayat yang menerangkan maslaah lupa menurut konotasinya masing-masing. Konotasi lupa tersebut antara lain sebagai berikut:

a. Lupa yang berarti "*tidak ingat*" terhadap berbagai informasi/kesan yang sudah diketahui sebelumnya. Jenis lupa seperti ini merupakan sesuatu yang wajar dan manusiawi.
b. Lupa yang berarti "*lalai*". Ini nbiasanya timbul karena adanya kebiasaan-kebiasaan buruk, seperti meremehkan atau menganggap enteng sesuatu.
c. Lupa yang berarti "*hilangnya perhatian*" terhadap sesuatu. Ini biasanya timbul akibat adanya perhatian terhadap hal-hal lain yang lebih menarik minat dan perhatiannya (Jauhari, 1998:47).

Pengertian lupa yang kedua dan ketiga ini (karena lalai dan hilangnya perhatian) menurut pandangan Islam sangatlah tercela. Banyak contoh bagaimana seseorang lupa terhadap sesuatu karena lalai atau kurang perhatian. Misalnya, seseorang lupa melaksanakan shalat fardhu karena dia menganggap enteng atau meremehkan shalat tersebut, atau karena ia lebih tertarik pada hal-hal lain selain shalat. Selain itu di dalam al-Qur'an juga disebutkan istilah lupa pada diri sendiri atau "lupa diri" yang bersumber dari lupa kepada Allah SWT. sehingga Allah pun melupakan mereka. Jenis klupa seperti inlah yang diisyaratkan al-Qaur'an sebagai "*lupa yang bersumber dari syetan*". Yang harus dihindari sejauh mungkin, karena sangat berbahaya bagi perkembangan iman dan taqwa seseorang.

Allah SWT. berfirman dalam QS. At-Taubah ayat 67, yang artinya:

> *Mereka (orang-orang munafiq) lupa kepada Allah, maka Allah melupakan mereka. Sesungguhnya orang-orang munafiq itulah orang-orang yang fasiq* (QS. at-Taubah: 67)

Dalam surat lain, yakni QS. al-Kahfi ayat 63; QS. al-Mujadilah ayat 19, dan QS. Al-Hasyr ayat 19, Allah SWT. juga berfirman yang artinya:

> *Dan tidak ada yang membuat aku lupa untuk menyebutNya kecuali syetan* (QS. al-Kahfi: 63)

Syetan telah menguasai mereka, lalu menjadikan mereka lupa (untuk) mengingat Allah. Mereka itulah golongan syetan (QS. Al- Mujadilah: 19)

Dan janganlah kamu seperti orang-orang yang lupa pada Allah, lalu Allah menjadikan mereka lupa pada diri mereka sendiri. Mereka itulah orang-orang yang fasiq (Al-Hasyr: 19)

Untuk mengatasi ketiga jenis lupa tersebut (yaitu lupa diri, lupa karena lalai, dan lupa karena hilangnya perhatian), satu-satunya cara adalah dengan senantiasa mengingat Allah (*dzikrullah*), dan selalu melakukan "*tafakkur*" terhadap berbagai ciptaan-Nya. Hanya dengan "**dzikir dan pikir**" inilah yang mampu membendung syetan dalam melakukan berbagai taktik dan teknik godaannya kepada manusia. Hanya dengan dua hal itulah manusia akan memperoleh predikat *Ulul Albab* (QS. Ali Imran, 3:190).

Karena itu, setiap muslim seharusnya meletakkan *dzikrullah* ini pada posisi penjaga pintu dari memori, otak, dan jiwa, yaitu di daerah ambang sadar yang merupakan posisi paling dekat ke daerah sadar. Sehingga segala informasi atau kesan yang keluar masuk memorinya senantiasa melewati dan terpantau oleh *dzikrullah*. Dengan demikian, apapun yang dilakukannya senantiasa berada dan tidak terlepas dari norma-norma dan nilai-nilai yang ditetapkan oleh Allah SWT. *Wallahu A'lam.*

BAB 22
KESIAPAN DALAM BELAJAR (*READINESS*)

A. Pengertian Kesiapan (*Readiness*)

Kesiapan (*readiness*) diartikan kesiapan atau kesediaan seseorang untuk berbuat sesuatu. Seorang ahli bernama Cronbach memberikan pengertian tentang *readiness* sebagai segenap sikap atau kekuatan yang membuat seseorang dapat bereaksi dengan cara tertentu (Soemanto, 2006:191). Seorang siswa baru dapat belajar mengenai sesuatu apabila di dalm dirinya sudah ada "*readiness*" untuk mempelajari sesuatu itu.

Readiness dalam belajar melibatkan beberapa faktor yang bersama-sama membentuk *readiness*, yaitu :

1. Perlengkapan dan pertumbuhan fisiologis; ini menyangkut pertumbuhan terhadap kelengkapan pribadi seperti tubuh pada umumnya, alat-alat indera dan kapasitas intelektual.
2. Motivasi; yang menyangkut kebutuhan, minat serta tujuan-tujuan individu untuk mempertahankan serta mengembangkan diri. Motivasi berhubungan dengan sistem kebutuhan dalam diri manusia serta tekanan-tekanan lingkungan (Soemanto, 2006:191-2).

Dengan demikian, *readiness* seseorang itu senantiasa mengalami perubahan setiap hari sebagai akibat daripada

pertumbuhan dan perkembangan fisiologis individu serta adanya desakan-desakan dari lingkungan seseorang itu.

Dari uraian di atas dapat diketahui, bahwa *readiness* seseorang itu merupakan sifat-sifat dan kekuatan pribadi yang berkembang. Perkembangan ini memungkinkan orang itu untuk dapat menyesuaikan diri dengan lingkungannya serta mampu memecahkan persoalan yang selalu dihadapinya.

B. Prinsip-Prinsip Pembentukan *Readiness*

Perkembangan *readiness* terjadi dengan mengikuti prinsip-prinsip tertentu. Adapun prinsip-prinsip bagi perkembangan *readiness* adalah sebagai berikut:

1. Semua aspek pertumbuhan berinteraksi dan bersama membentuk readiness.
2. Pengalaman seseorang ikut mempengaruhi pertumbuhan fisiologis individu.
3. Pengalaman mempunyai efek komulatif dalam perkembangan fungsi-fungsi kepribadian individu, baik yang jasmaniah maupun yang rohaniah.
4. Apabila readiness untuk melaksanakan kegiatan tertentu terbentuk pada diri seseorang, maka saat-saat tertentu dalam kehidupan seseorang merupakan masa formatif bagi perkembangan pribadinya (Soemanto, 2006:192).

Berdasarkan prinsip-prinsip tersebut, jelaslah bahwa apa yang dicapai seseorang pada masa lalu akan mempunyai arti bagi aktifitas-aktifitasnya sekarang. Apa yang telah terjadi pada saat sekarang akan memberikan sumbangan terhadap *readiness* individu di masa mendatang.

C. Kematangan (*Maturity*) dalam Belajar

Kata *maturity* yang artinya kematangan berasal dari istilah biologi, kata lainnya adalah *maturation* artinya pemasukan setiap anak, dan *maturity* artinya kedewasaan. Dewasa di sini mempunyai arti yang menyatakan "proses". Dengan demikian kematangan berarti merupakan suatu potensi yang ada pada diri individu yang muncul dan bersatu dengan pembawaannya dan turut mengatur pola perkembangan tingkah laku individu. Akan tetapi kematangan tidak dapat dimasukkan sebagai faktor keturunan atau hereditas. Karena kematangan ini merupakan sifat tersendiri yang umum dimiliki oleh setiap individu dalam suatu bentuk masa tertentu.

English & English sebagaimana diikuti Soemanto (2006:196) mendefinisikan kematangan sebagai: "*Maturity is the state or condition of complete or adult form, structure, and function of an organism, whether in respect to a single trait or, more often, all trait*." (kematangan ialah keadaan atau kondisi bentuk struktur, dan fungsi yang lengkap atau dewasa pada suatu organisme, baik terhadap satu sifat, bahkan seringkali semua sifat). Sementara itu Purwanto (2007:86) mengatakan bahwa kematangan adalah suatu proses pertumbuhan organ-organ. Suatu organ dalam diri makhluk hidup dikatakan telah matang, jika ia telah mencapai kesanggupan untuk menjalankan fungsinya masing-masing. Kematangan itu datang/tiba waktunya dengan sendirinya.

Kematangan ini pada mulanya merupakan suatu hasil perubahan-perubahan tertentu dan penyesuaian pada diri individu. Perubahan-perubahan tersebut terjadi pada aspek-aspek biologis dan psikis. Kematangan biologis adalah kematangan-kematangan yang terjadi pada jaringan-jaringan tubuh, saraf dan kelenjar-kelenjar tubuh. Sedangkan kematangan psikis terjadi perubahan-perubahan pada aspek-aspek psikis yang meliputi keadaan pikir, kemauan, perasaan, dorongan, minat dan sebagainya.

Kematangan pada aspek psikis diperlukan adanya perbuatan belajar atau latihan-latihan. Seorang anak yang baru berusia 6 bulan belum dapat berjalan disebabkan kematangan biologisnya belum mencapai kulminasi. Demikian juga seorang anak yang berusia 4

bulan dianggap masih belum matang untuk menangkap masalah yang bersifat abstrak, oleh karena itu pada usia ini belum mampu untuk mempelajari matematika.

Munculnya masa kematangan tertentu merupakan waktu yang tepat untuk merealisasikannya dalam kecakapan atau keterampilan tertentu. Kematangan aspek tertentu pada individu tidak ada manfaatnya apabila tidak disertai dengan usaha-usaha perbuatan belajar dari lingkungannya. Usaha pemaksaan terhadap kecepatan tibanya masa kematangan menyebabkan kerusakan atau kegagalan dalam perkembangan tingkah lakunya.

Dalam kegiatan belajar ada beberapa prinsip utama yang mendasari kegiatan tersebut, yaitu:

1. Kematangan Jasmani dan Rohani

Salah satu prinsip utama belajar adalah harus mencapai kematangan jasmani dan rohani sesuai dengan tingkatan yang dipelajarinya. Kematangan jasmani harus telah sampai pada batas minimum umur serta kondisi fisiknya telah cukup kuat untuk melakukan kegiatan belajar.

Kematangan rohani artinya telah memiliki kemampuan secara psikologis untuk melakukan kegiatan belajar, misalnya kemampuan berpikir, ingatan, fantasi dan sebagainya. Seorang anak yang akan masuk ke SD harus berumur 6 tahun dan fisik serta mentalnya sudah cukup mampu mengikuti pelajaran di kelas 1 SD.

2. Memiliki Kesiapan

Setiap orang yang hendak melakukan kegiatan belajar harus memiliki kesiapan yakni dengan kemampuan yang cukup baik fisik, mental maupun perlengkapan belajar. Kesiapan fisik berarti memiliki tenaga cukup dan kesehatan baik, sementara kesiapan mental, memiliki minat dan motivasi yang cukup untuk melakukan kegiatan belajar. Belajar tanpa kesiapan fisik, mental dan perlengkapan akan

banyak mengalami kesulitan, akibatnya tidak memperoleh hasil belajar yang baik.

D. Kematangan Membentuk *Readiness*

Kematangan disebabkan karena perubahan "*genes*" yang menentukan perkembangan struktur fisiologis dalam sistem saraf, otak dan indra sehingga semua itu memungkinkan individu matang mengadakan reaksi-reaksi terhadap setiap stimulus lingkungan.

Kematangan (*maturity*) membentuk sifat dan kekuatan dalam diri untuk bereaksi dengan cara tertentu, yang disebut "*readiness*". *Readiness* yang dimaksud adalah *readiness* untuk bertingkah laku, baik tingkah laku yang instingtif, maupun tingkah laku yang dipelajari. Tingkah laku instingtif yaitu suatu pola tingkah laku yang diwariskan (melalui proses hereditas). Ada tiga ciri dari tingkah laku instingtif, yaitu:

1. Tingkah laku instingtif terjadi menurut pola pertumbuhan hereditas
2. Tingkah laku instingtif adalah tanpa didahului dengan latihan atau praktek sebelumnya
3. Tingkah laku instingtif berulang setiap saat tanpa adanya syarat yang menggerakkannya.

Tingkah laku instingtif ini biasanya terjadi karena adanya kematangan seksual atau fungsi saraf. Yang termasuk sebagai tingkah laku yang diwariskan adalah bukan hanya tingkah laku insting. Reaksi-reaksi psikologis seperti: refleks, takut, berani, haus, lapar, marah, tertawa, dan sebagainya adalah tidak usah dipelajari, melainkan sudah diwariskan.

Tingkah laku apapun yang dipelajari, memerlukan kematangan. Orang tidak akan dapat berbuat secara intelijen apabila kapasitas intelektualnya belum memungkinkannya. Untuk itu kematangan dalam struktur otak dan sistem saraf diperlukan.

Dalam kehidupan individu, banyak hal yang tidak dapat dilakukan atau diperoleh hanya dengan kematangan, melainkan harus dipelajari. Hal ini misalnya mengenai kemampuan berbicara, membaca, menulis, dan berhitung. Dalam hal melakukan aktifitas-aktifitas semacam itu, kematangan memang tetap diperlukan sebagai penentu *readiness* untuk belajar. Kematangan terjadi dari dalam, sedangkan proses belajar terjadi karena perangsang-perangsang dari luar. Keduanya berhubungan erat satu sama lain; keduanya saling menyempurnakan. *Wallahu A'lam.*

NO GAINS WITHOUT PAINS
Tak ada kemenangan tanpa pengorbanan

BAB 23
MOTIVASI BELAJAR

A. Pengertian Motivasi Belajar

Apa saja yang diperbuat manusia, yang penting maupun yang kurang penting, yang berbahaya ataupun yang tidak mengundang resiko, selalu ada motivasinya. Juga dalam soal belajar, motivasi itu sangat penting. Motivasi dalam belajar menjadi syarat mutlak dalam belajar. Istilah motivasi atau dorongan dapat diartikan sebagai suatu pernyataan yang kompleks di dalam suatu organisme yang mengarahkan tingkah laku terhadap suatu tujuan (*goal*) atau perangsang (*incentive*). Tujuan adalah menentukan atau membatasi tingkah laku organisme itu. Jika yang kita tekankan adalah faktanya atau objeknya yang menarik organisme itu, maka kita pergunakan istilah perangsang.

Motivasi menurut Suryabrata (1984:70) adalah keadaan yang terdapat pada diri seseorang yang mendorongnya untuk melakukan aktivitas tertentu guna pencapaian suatu tujuan. Sementara Gates dkk sebagaimana dikutip Djaali (2007:101) mengemukakan bahwa motivasi adalah suatu kondisi fisiologis dan psikologis yang terdapat dalam diri seseorang yang mengantur tindakannya dengan cara tertentu. Adapun Greenberg (1996:62) menyebutkan bahwa motivasi adalah proses membangkitkan,mengarahkan, dan memantapkan perilaku ke arah suatu tujuan. Berdasarkan tiga definisi para ahli di

atas dapat disimpulkan bahwa motivasi adalah kondisi fisiologis dan psikologis yang terdapat dalam diri seseorang yang mendorongnya untuk melakukan aktivitas tertentu guna mencapai suatu tujuan.

Morgan menjelaskan istilah motivasi dalam hubungannya dengan psikologi pada umumnya. Menurut Morgan, motivasi bertalian dengan tiga hal yang sekaligus merupan aspek-aspek dari motivasi. Ketiga hal tersebut ialah: keadaan yang mendorong tingkah laku (*motivating states*), tingkah laku yang didorong oleh keadaan tersebut (*motivated behavior*) dan tujuan dari tingkah laku tersebut (*goals or ends of such behavior*) (Soemanto, 2006:206).

Motivasi mempunyai fungsi perantara pada organisme atau manusia untuk menyesuaikan diri dengan lingkungannya. Suatu perbuatan dimulai dengan adanya ketidakseimbangan dalam diri individu, takut atau lapar sehingga timbul kebutuhan (*need*) untuk meniadakan ketidakseimbangan itu, misalnya mencari makan atau mencari perlindungan. Kebutuhan inilah akan menimbulkan dorongan atau motivasi untuk melakukan sesuatu. Setelah melakukan perbuatan itu maka tercapailah keadaan seimbang dalam diri individu yang dapat menimbulkan perasaan puas, gembira, aman dan sebagainya. Kecenderungan untuk mengusahakan keseimbangan dari ketidakseimbangan tersebut disebut "prinsip homeostatis".

Motivasi dan belajar adalah dua hal yang saling mempengaruhi. Belajar adalah perubahan tingkah laku secara relatif permanen dan secara potensial terjadi sebagai hasil dari praktik atau penguatan *(reinforced practice)* yang dilandasi tujuan untuk suatu tujuan tertentu.

Motivasi belajar dapat timbul karena faktor *intrinsik* berupa hasrat dan keinginan berhasil dan dorongan kebutuhan belajar, harapan akan cita-cita. Sedangkan untuk faktor ekstrinsik adalah adannya penghargaan, lingkungan belajar yang kondusif, dan kegiatan belajar yang menarik. Tetapi harus diingat, kedua faktor tersebut disebabkan oleh rangsangan tertentu, sehingga seseeorang berkeinginan untuk melakukan suatu aktivitas belajar yang lebih giat dan semangat.

Hakikat motivasi belajar yang kuat adalah dorongan internal dan eksternal pada siswa yang sedang belajar untuk mengadakan perubahan tingkah laku, pada umumnya dengan beberapa indikator atau unsur yang mendukung. Hal itu mempunyai peranan besar dalam keberhasilan seseorang dalam belajar. Indikator motivasi belajar dapat disebutkan antara lain, sebagai berikut:

1. Adanya hasrat dan keinginan berhasil.
2. Adanya dorongan dan kebutuhan dalam belajar.
3. Adanya harapan dan cita-cita masa depan.
4. Adanya penghargaan dalam belajar.
5. Adanya kegiatan yang menarik dalam belajar.
6. Adanya lingkungan belajar yang kondusif.

B. Peranan Motivasi dalam Belajar dan Pembelajaran

Motivasi pada dasarnya dapat membantu dalam memahami dan menjelaskan perilaku individu, termasuk perilaku individu yang sedang belajar. Ada beberapa peranan penting dari motivasi dalam belajar dan pembelajaran, antara lain:

1. Peran Motivasi dalam Menentukan Penguatan Belajar

Motivasi dapat berperan dalam penguatan belajar apabila seorang anak yang belajar dihadapkan pada suatu masalah yang memerlukan pemecahan, dan hanya dapat dipecahkan berkat bantuan hal-hal yang pernah dilaluinya. Sebagai contoh, seorang anak akan memecahkan materi matematika dengan bantuan tabel logaritma. Tanpa bantuan tabel tersebut, anak itu tidak dapat menyelesaikan tugas matematika. Upaya untuk mencari tabel logaritma tersebut merupakan peran motivasi yang dapat menimbulkan penguatan belajar.

Peristiwa di atas dapat dipahami bahwa sesuatu dapat menjadi penguat belajar untuk seseorang, apabila dia sedang benar-benar mempunyai motivasi untuk belajar sesuatu. Dengan perkataan lain, motivasi dapat menentukan hal-hal apa di lingkungan anak yang dapat memperkuat perbuatan belajar. Untuk seorang guru perlu memahami suasana itu, agar ia dapat membantu siswanya dalam memilih faktor-faktor atau keadaan yang ada dalam lingkungan siswa sebagai bahan penguat belajar. Hal itu tidak cukup dengan memberitahukan sumber-sumber yang harus dipelajari, melainkan yang lebih penting adalah mengaitkan isi pelajaran dengan perangkat apapun yang berada paling dekat dengan siswa di lingkungannya.

2. Peran Motivasi dalam Memperjelas Tujuan Belajar

Peran motivasi dalam memperjelas tujuan belajar erat kaitannya dengan kebermaknaan belajar. Anak akan tertarik belajar sesuatu, jika yang dipelajari itu sedikitnya sudah diketahui atau dinikmati manfaatnya bagi anak. Sebagai contoh, anak akan termotivasi belajar elektronik karena tujuan belajar elektronik itu dapat melahirkan kemampuan anak dalam bidang elektronik. Dalam suatu kesempatan misalnya, anak itu diminta membetulkan radio yang rusak, dan berkat pengalamannya dalam bidang elektronik, maka radio itu akan menjadi lebih baik setelah diperbaikinya. Dari pengalaman itu, anak makin hari akan semakin termotivasi untuk belajar, karena sedikit anak sudah mengetahui makna dari belajar itu.

3. Motivasi Menentukan Ketekunan Belajar

Seorang anak yang telah termotivasi untuk belajar sesuatu, akan berusaha mempelajarinya dengan baik dan tekun, dengan harapan akan mendapatkan hasil yang baik. Dalam hal itu, tampak bahwa motivasi untuk belajar menyebabkan seseorang tekun belajar. Sebaliknya, apabila seseorang kurang atau tidak memiliki motivasi untuk belajar, maka dia tidak tahan lama belajar. Dia mudah tergoda untuk melakukan hal-hal lain dan bukan belajar. Itu berarti motivasi sangat berpengaruh terhadap ketahanan dan ketekunan belajar

C. Tujuan Motivasi

Secara umum dapat dikatakan bahwa tujuan motivasi adalah untuk menggerakkan atau menggugah seseorang agar timbul keinginan atau kemauannya untuk melakukan sesuatu sehingga dapat memperoleh hasil atau mencapai tujuan tertentu. Bagi seorang manajer, tujuan motivasi adalah untuk menggerakan pegawai atau bawahan dalam meningkatkan prestasi kerjanya sehingga tercapai tujuan organisasi yang dipimpinnya. Bagi seorang guru, tujuan motivasi adalah untuk menggerakan atau memacu para siswanya agar timbul keinginan dan kemauanya untuk meningkatkan prestasi belajarnya sehingga tercapai tujuan pendidikan sesuai dengan apa yang diharapkan dan ditetapkan dalam kurikulum sekolah. Sebagai contoh, seorang guru memberikan pujian kepada siswa yang maju ke depan kelas dan dapat mengerjakan hitungan matematika di papan tulis. Dengan pujian itu, dalam diri anak akan timbul rasa percaya diri, di samping itu timbul keberaniannya sehingga ia tidak takut dan malu lagi jika disuruh maju ke depan kelas.

Dari contoh di atas, jelas bahwa setiap tindakan motivasi mempunyai tujuan. Makin jelas tujuan yang diharapkan atau yang akan dicapai, makin jelas pula bagaimana tindakan memotivasi itu dilakukan. Tindakan motivasi akan lebih berhasil jika tujuannya jelas dan disadari oleh yang dimotivasi serta sesuai dengan kebutuhan yang dimotivasi. Oleh karena itu, setiap orang yang akan memberikan motivasi harus mengenal dan memahami benar latar belakang kehidupan, kebutuhan dan kepribadian orang yang akan dimotivasi.

D. Fungsi Motivasi

Adapun fungsi motivasi dalam kegiatan belajar, antara lain:

1. Fungsi membangkitkan (*arousal*)

Dalam pendidikan *arousal* diartikan sebagai kesiapan dalam proses belajar. Fungsi ini menyangkut tanggung jawab untuk

mengatur tingkat yang membangkitkan untuk menghindarkan siswa dari tidur dan juga luapan emosi.

2. Fungsi insentif

Fungsi ini menghendaki agar guru memberikan hadiah pada siswa yang berprestasi dengan cara seperti mendorong usaha lebih lanjut dalam mengejar tujuan instruksional. Insentif dapat berupa balikan hasil-hasil tes, pujian atau dorongan yang diucapkan atau tertulis dan sebagainya.

3. Fungsi disiplin

Fungsi ini menghendaki agar guru mengontrol tingkah laku yang menyimpang dengan hukuman dan hadiah. Hukuman menunjuk kepada suatu perangsang yang ingin menghindari atau berusaha melarikan diri. Kombinasi hukuman dan hadiah yang mendalam sebagai teknik disiplin disebut “restitusi”.

E. Strategi Memotivasi dalam Pembelajaran

Beberapa teknik motivasi yang dapat dilakukan dalam pembelajaran sebagai berikut:

1. Pernyataan penghargaan secara verbal.
   Pernyataan verbal terhadap perilaku yangg baik atau hasil kerja atau hasil belajar siswa yang baik merupakan cara paling mudah dan efektif untuk meningkatkan motiv belajar siswa kepada hasil belajar yang baik. Pernyataan seperti “bagus sekali”, ”hebat”, ”menakjubkan”, di samping menyenangkan siswa, pernyataan verbal itu mengandung makna interaksi dan pengalaman pribadi yang langsung antara siswa dan guru, dan penyampaiannya konkret, sehingga merupakan suatu persetujuan atau pengakuan sosial, apalagi kalau penghargaan verbal itu diberikan di depan orang banyak.

2. Menggunakan nilai ulangan sebagai pemacu keberhasilan. Pengetahuan akan hasil pekerjaan merupakan cara untuk meningkatkan motif belajar siswa.
3. Menimbulkan rasa ingin tahu.
   Rasa ingin tahu merupakan daya unttuk meningkatkan motif belajar siswa. Rasa ingin tahu dapat ditimbulkan oleh suasana yang dapat mengejutkan, keragu-raguan, ketidaktentuan, adanya kontradiksi, menghadapi masalah yang sulit dipecahkan, menemukan suatu hal yangg baru, menghadapi teka-teki. Hal tersebut menimbulkan semacam konflik konseptual yang membuat siswa merasa penasaran, dan dengan sendirinya menyebabkan siswa tersebut berupaya keras untuk memecahkannya. Dalam upaya yang keras itulah motif belajar siswa bertambah besar.
4. Memanfaatkan kewibawaan guru secara tepat.
   Guru seyogyanya memahami secara tepat bilamana dia harus menggunakan berbagai manifestasi kewibawaannya pada siswa untuk meningkatkan motif belajarnya. Jenis-jenis pemanfaatan kewibawaan itu adalah dalam pemberian ganjaran, dalam pengendalian perilaku siswa, kewibawaan berdasarkan hukum, kewibawaan sebagai rujukan, dan kewibawaan karena keahlian.
5. Memadukan motif-motif yang kuat.
   Seorang siswa giat belajar mungkin karena latar belakang motif berprestasi sebagai motif yang kuat. Dia dapat pula belajar karena ingin menonjolkan diri dan memperoleh penghargaan, atau dorongan untuk memperoleh kekuatan. Apabila motif-motif kuat semacam itu dipadukan, maka siswa memperoleh penguatan motif yang jamak, dan kemauan untuk belajar pun bertambah besar, sampai mencapai keberhasilan yang tinggiMemunculkan sesuatu yang tak diduga oleh siswa.
   Dalam upaya itupun, guru sebenarnya bermaksud untuk menimbulkan rasa ingin tahu siswa.
6. Menjadikan tahap diri dalam belajar mudah bagi siswa.
   Hal ini memberikan semacam hadiah bagi siswa pada tahap pertama belajar yang memungkinkan siswa bersemangat untuk belajar selanjutnya.
7. Menggunakan simulasi dan permainan.

Simulasi merupakan upaya untuk menerapkan sesuatu yang telah dipelajari atau sesuatu yang sedanng dipelajari melalui tindakan langsung. Baik simulasi atau permainan merupakan suatu proses yang sangat menarik bagi siswa. Suasana yang sangat menarik menyebabkan proses belajar menjadi bermakna secara efektif atau emosional bagi siswa. Sesuatu yang bermakna akan lestari diingat, dipahami atau dipelajari.

8. Memperjelas tujuan belajar yang hendak dicapai.
   Di atas telah dikemukakan, bahwa seseorang akan berbuat lebih baik dan berhasil apabila dia memahami yang harus dikerjakan dan yang dicapai dengan perbuatan itu. Makin jelas tujuan yang akan dicapai, makin terarah upaya untuk mencapainya.
9. Merumuskan tujuan-tujuan sementara.
   Tujuan belajar merupakan rumusan yang sangat luas dan jauh untuk dicapai. Agar upaya untuk mencapai lebih terarah, maka tujuan-tujuan belajar yang umum itu seyogyanya dipilih menjadi tujauan sementara yang lebih jelas dan mudah dicapai.
10. Memberitahukan hasil kerja yang telah dicapai.
    Dalam belajar, hal ini dapat dilakukan dengan selalu memberitahukan nilai ujian atau nilai pekerjaan rumah. Dengan mengetahui hasil yang telah dicapai, maka motif belajar siswa akan semakin kuat, baik itu dilakukan karena ingin mempertahankan hasil belajar yang telah baik, maupun unttuk memperbaiki hasil belajar yang kurang memuaskan.
11. Menggunakan materi yang dikenal siswa sebagai contoh dalam belajar. Sesuatu yang telah dikenal siswa, dapat diterima dan diingat lebih mudah. Jadi, gunakan hal-hal yang telah diketahui siswa sebagai wahana untuk menjelaskan sesuatu yang baru atau yang belum bisa dipahami oleh siswa.
12. Gunakan kaitan yang unik dan tak terduga untuk menerapkan suatu konsep dan prinsip yang telah dipahami. Sesuatu yang unik, tak terduga, dan aneh lebih dikenang oleh siswa dari pada sesuatu yang biasa-biasa saja.
13. Menuntut siswa untuk menggunakan hal-hal yang telah dipelajari sebelumnnya.

Dengan jalan itu, setelah siswa belajar dengan hal-hal yang telah dikenalnya, dia juga dpat menguatkan pemahaman atau pengetahuannya tentang hal-hal yang telah dipelajarinya.

14. Memberikan kesempatan bagi siswa untuk memperlihatkan kemahirannya di depan umum.
    Hal itu akan menimbulkan rasa bangga dan dihargai oleh umum. Pada gilirannya suasana tersebut akan meningkatkan motif belajar siswa.
15. Mengurangi akibat yang tidak menyenangkan dan keterlibatan siswa dalam kegiatan belajar.
    Hal-hal positif daari keterlibatan siswa pada belajar hendaknya ditekankan, sedangkan hal-hal yang berdampak negatif seyogianya dikurangi.
16. Memahami iklim sosial dalam sekolah.
    Pemahaman iklim dan suasana sekolah merupakan pendorong kemudahan berbuat bagi siswa. Dengan pemahaman itu, siswa mampu memperoleh bantuan yang tepat dalam mengatasi masalah atau kesulitan.
17. Membuat suasana persaingan yang sehat diantara para siswa. Suasana ini memberikan kesempatan kepada para siswa untuk mengukur kemampuan dirinya melalui kemampuan orang lain. Lain dari pada itu, belajar dengan bersaing menimbulkan upaya belajar yang sungguh-sungguh. Di sini digunakan pula prinsip keinginan individu untuk selalu lebih baik dari orang lain.
18. Mengembangkan persaingan dengan diri sendiri.
    Persaingan semacam ini dilakukan dengan memberikan tugas dalam berbagai kegiatan yang harus dilakukan sendiri. Dengan demikian, siswa akan dapat membandingkan keberhasilannya dalam melakukan berbagai tugas.
19. Memberikan contoh yang positif.
    Banyak guru yang mempunyai kebiasaan untuk membebankan pekerjaan para siswa tanpa kontrol. Biasanya dia memberikan suatu tugas kepada kelas, dan guru meninggalkan kelas untuk melaksanakan pekerjaan lain. Pekerjaan ini bukan saja tidak baik, tapi dapat merugikan siswa, guru tidak cukup dengan cara memberi tugas saja, melainkan harus dilakukan pengawasan dan pembimbingan yang memadai selama siswa mengerjakan

tugas kelas. Selain itu, dalam mengontrol dan membimbing siswa mengerjakan tugas guru seyogyanya memberikan contoh yang baik (Mahmud, 2015:172-176).

Hal-hal berikut ini juga dapat digunakan guna memotivasi siswa:

1. Luangkan waktu untuk berbicara dengan murid dan jelaskan kepada mereka mengapa aktifitas pembelajaran yang harus mereka lakukan adalah penting.
2. Ciptakan pusat pembelajaran murid dapat belajar sendiri atau secara kolaboratif dengan murid lain. Misalnya proyek yang berbeda–beda di pusat pembelajaran. Proyek atau tugas itu misalnya seni bahasa, studi sosial, komputer, atau murid dapat memilih sendiri aktifitas yang ingin mereka lakukan.
3. Menjelaskan tujuan belajar ke peserta didik. Pada permulaan belajar mengajar seharusnya terlebih dahulu seorang guru menjelaskan mengenai tujuan instruksional yang akan dicapainya kepada siswa. Makin jelas tujuan maka makin besar pula motivasi dalam belajar.
4. Hadiah
   Berikan hadiah untuk siswa yang berprestasi. Hal ini akan memacu semangat mereka untuk bisa belajar lebih giat lagi. Di samping itu, siswa yang belum berprestasi akan termotivasi untuk bisa mengejar siswa yang berprestasi.
5. Hukuman
   Hukuman diberikan kepada siswa yang berbuat kesalahan saat proses belajar mengajar. Hukuman ini diberikan dengan harapan agar siswa tersebut mau merubah diri dan berusaha memacu motivasi belajarnya.
6. Membantu kesulitan belajar anak didik secara individual maupun kelompok
7. Menggunakan metode yang bervariasi,
8. Menggunakan media yang baik dan sesuai dengan tujuan pembelajaran (Mahmud, 2015:105-107). *Wallahu A'lam.*

DAFTAR PUSTAKA

Abdul, Ruslan Gani. 2001. *Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Pamator Pressindo.

Agustian, Ary Ginanjar, 2006. *Mengapa ESQ*. Jakarta: Arga Publishing.

_____. 2003. *Rahasia Sukses Membangun Kenakalan siswa dan Spiritual*. Jakarta: Arga Publishing.

Agustina, Hendriati. 2006. *Psikologi Perkembangan Pendekatan Ekologi Kaitannya Dengan Konsep Diri dan Penyesuaian Diri Pada Remaja*. Bandung: PT. Refika Aditama

Ahmadi, Abu dan Nur Uhbiyati, 2008. *Ilmu Pendidikan*. Semarang: Rineka Cipta

Ahmadi, Abu. 2007. *Psikologi Sosial.* Jakarta: Rineka Cipta.

_____. 2007. *Sosiologi Pendidikan.* Jakarta: Rineka Cipta.

Ali, Mohammad dan Mohammad Asrori. 2006. *Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: PT. Bumi Aksara

Anantasari. 2006. *Menyikapi Perilaku Agresif Anak*. Yogyakarta: Kanisius.

Arikunto, Suharsimi. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: PT. Rineka Cipta

Aryani. 2004. "*Hubungan antara Konsep Diri dengan Perilaku Aasertif Siswa*". Skripsi. Tidak diterbitkan. Malang: UM

Asmai, Jamal Ma'mur. 2010. *Panduan Efektif Bimbingan Konseling di Sekola*h. Jogjakarta: Difa Pres (Angota IKAPI).

Asmani, Jamal Ma'mur. 2010. *Panduan Efektif Bimbingan dan Konseling di Sekolah.* Yogyakarta: Diva Press

Azwar, Saifuddin. 2011. *Sikap Manusia Teori dan Pengukurannya*. Yogyakarta. Pustaka Pelajar.

Baharuddin, dan Esa Nur W. 2010. *Teori Belajar dan Pembelajaran.* Yogyakarta: Ar-Ruzz.

Bakran Adz Dzaky, M.H, 2004. *Konseling dan Psikoterapi Islam (Penerapan Metode Sufistik)*. Yogyakarta, Fajar Pustaka Baru.

Beck, Joan. 2002. *Asih, Asah, Asuh, Mengasuh dan Mendidik Anak Agar Cerdas.* Semarang: Dahara Prize.

Burn, R. B. 2003. *Konep Diri, Teori, Pengukuran, Perkembangan dan Prilaku,* Jakarta: Arcan.

Centi. J.P., 2003. *Mengapa Rendah Diri.* Yogyakarta: Kanisius

Chandra, Geovanni. 2010. *Panduan Pendampingan Kenakalan siswa*. Mojokerto: Manuscript Cipta.

Dahlan, Sanroji, dan Asy'ari. 2009. *PPKn*. Jakarta: Erlangga.

Daradjat, Zakiah. 2009. *Kesehatan Mental*. Jakarta: PT. Toko Gunung Agung.

Dariyo, Agus. 2002.*Managemen Prestasi Kerja.* Jakarta: Rajawali Press.

Dariyo, Agus. 2004. *Psikologi Perkembangan Remaja*. Jakarta: Ghalia Indonesia.

Departemen Pendidikan dan Kebudayaan. 2004. *Undang-undang No. 20/2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional*. Jakarta: Balai Pustaka.

______. 2008. *Pedoman Pelaksanaan Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional.

______. 2005. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta: Balai Pustaka.

Desmita. 2007. *Psikologi Perkembangan.* Bandung: Rosda.

Dewa, Ketut S. 2008. *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.

Djaali. 2007. *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara.

Endraswara, Suwardi. 2010. *Etika hidup Orang jawa.* Yogyakarta: Narasi (Anggota IKAPI).

Enis. 2009. *Korelasi Bimbingan Kelompok Dengan Minat Belajar Siswa Kelas VII MTs Pacet Mojokerto*. Jombang: FKIP Universitas Darul 'Ulum

Gerungan, WA. 2008. *Psikologi Sosial*. Bandung: Eresco.

Goleman, Daniel. 2006. *Social Intelligence: The New Science of Social Relationship*. New York: Mc Graw Hill Publishing.

_____. 2003. *Kenakalan siswa*. Jakarta:Gramedia Pustaka Utama.

Gordon, Thomas. 2004. *Menjadi Orang Tua Efektif*. Jakarta: Gramedia.

Greenberg, J. 1996. *Managing Behaviors in Organizations*. New York: Prentice Hall.

Gunarsa, Singgih D. 2003. *Dasar Teori Dan Perkembangan Anak*. Jakarta : Gunung Mulia.

_____. 2002. *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Jakarta: PT. BPK Gunung Mulia, cet.VII.

_____. 2005. *Psikologi Remaja.* Jakarta: Gunung Mulia.

_____. 2007. *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: BPK Gunung Mulia

Gunawan,Yusuf. 2001. *Pengantar Bimbingan dan Konseling Buku Panduan Mahasiswa.*Jakarta: Prenhallindo.

Handoko, Martin. 2002. *Motivasi Daya Penggerak Tingkah Laku*. Yogyakarta: Kanisum

Harahap, Sopyan Syafri. 2000. *Manajemen Kontemporer*, Cetakan Pertama. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada,

Hasibuan,M. S. P. 2002. *Manajemen Sumberdaya Manusia*. Jakarta: Bumi Aksara.

Heidjrahman, dan Suad Husnan. 2000. *Manajemen Personalia*, Edisi Keempat. Yogyakarta: BPFE UGM.

Hernawati, Vonny. 2006. *Perbedaan Self Esteem Antara Siswa Jurusan IPA dan IPS SMU Negeri Se-Kecamatan Kota di Kabupaten Sumenep.* Malang: BKP FIP UM

Hurlock, B. Elizabeth. 2000. *Perkembangan Anak/Child Development*. cet.II. Terj. Meitasari Tjandrasa. Jakarta: Erlangga.

_____. 2000. *Psikologi Perkembangan Anak Jilid 1,* Jakarta: Erlangga.

_____. 2005. *Perkembangan Anak Jilid 2*. Meitasari Tjandrasa (Eds). Jakarta: Erlangga.

Husaini, Usman dan Purnomo Setiady. 2003. *Metodologi Penelitian Sosial.* Jakarta: Bumi Aksara.

Jane Elizabeth Allen dan Marilyn Cheryl. 2005. *Disiplin Positif.* Jakarta: Prestasi Pustakaraya.

Jaya, Yahya. 2002. *Spiritual Islam dalam Menumbuh Kembangkan Kesehatan Mental*. Jakarta: Ruhama.

Jauhari, Moh. Idris. 1998. *Pengantar Ilmu Jiwa Umum dengn Konfirmasi Islami.* Sumenep: Al-Amien Press.

_____. (Tanpa Tahun). *Disiplin dan Hidup Disiplin*. Sumenep: Al-Amien Press.

Jumhur I. dan Moh. Surya. 2002. *Bimbingan dan Penyuluhan di Sekolah.* Bandung: CV. Lima.

Kartono, Kartini. 2000. *Pemimpin dan Kepemimpinan*, cet. ke-3,Jakarta: PT. Grafindo Persada.

_____. 2002. *Psikologi Sosial untuk Manajemen Perusahaan dan Industri*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.

Ketut. Dewa Sukandi. 2000. *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.

Lefanu, James. 2010. *Ragam Masalah anak dan Panduan Lengkap untuk Orang Tua dan Guru*. Yokyakarta: Garailmu.

Lukluk, Zuyina A, dan Siti Bandiyah. 2011. *Psikologi Kesehatan.* Yokyakarta: Nuha Medika.

Mangantes, Meissie Lenny. 2005. *Hubungan Antara Pola Asuh Orang Tua, Kelas Sosial, Kemampuan Umum, dan Self Esteem Siswa SMA Negeri Kota Malang.* Malang: PPS. BK. UM.

Mahmud. 2016. *Belajar Pembelajaran*. Mojokerto: Thoriq Al-Fikri.

Mapiare, Andi. 2006. *Buku Pegangan Pengantar Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Surabaya :Usaha Nasional.

_____. 1982. *Psikologi Remaja.* Surabaya: Usaha Nasional

Mar'at, 2004. *Pemimpin dan Kepemimpinan*. Jakarta: Ghalia Indonesia

Margaret J. Wheatly, 2002. *Kepemimpinan dalam Dunia Baru*, (terjemahan Sularno Tjiptowaerdoyo). Jakarta: Abdi Tandur.

Maspiare, Andi. 2006. *Buku Pegangan Pengantar Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Surabaya: Usaha Nasional.

Mu'tadin. 2002. *Mengembangkan Penyesuaian Sosial Pada Remaja*. http: www.E-psikologi.com/remaja.htm

Mudiyaharjo, Redja. 2002. *Pengantar Pendidikan : Sebuah Studi Awal tentang Dasar-Dasar Pendidikan pada Umumnya dan Pendidikan di Indonesia.* Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.

Mujiono, 1986. *Modul Pengembangan Diri Melalui Bimbingan dan Konseling* (untuk siswa SMK). Yogyakarta. (Tanpa Penerbit)

Munawaroh, Asiatul. 2010. *Diklat Dasar-dasar Bimbingan Konseling*. Jombang: FKIP Undar.

Nasihatin, 2010. *Pengaruh Komunikasi Konseling Terhadap Perkembangan Psikososial Remaja Siswa Kelas X SMK Raden Rahmad Mojosari*. Jombang: FKIP Universitas Darul 'Ulum.

Nawawi, Hadori. 2000. *Interaksi Sosial*. Jakarta: Gunung Agung.

Nisak, Siti Uswatun. 2009. *Pengaruh Bimbingan Belajar Terhadap Disiplin Siswa Kelas X SMA Maarif Sukorejo Pasuruan..* Jombang: FKIP Universitas Darul 'Ulum.

Nurihsan, Achmad Juntika. 2009. *Bimbingan dan Konseling dalam Berbagai Latar Belakang Kehidupan*. Bandung: Refika aditama.

_____. 2009. *Bimbingan dan Konseling dalam Berbagai Latar Kehidupan.* Bandung: Refika Aditama

Nursalim, Mochammad. 2009. *Layanan Bimbingan dan Konseling*. Unesa University Press.

_____. 2006. *Bimbingan dan Konseling.* Bandung: Refika Aditama.

Prayitno dan Erman Amti. 2008. *Dasar-dasar Biimbingan dan Konseling*. Jakarta: PT. Asdi Mahasatya.

Prayitno dan Erman Amti. 2008. *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: PT. Rineka Cipta

Prayitno, Elida. 2006. *Psikologi Perkembangan Remaja*. Padang: Angkasa Raya.

Prayitno. 2002. *Pelayanan Bimbingan dan Konseling untuk SLTP*. Jakarta: PT. Bina Sumber Daya MIPA.

_____. 2005. *Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok*. Jakarta: Ghalia Indonesia.

Purwanto, M. Ngalim. 2010. *Psikologi Pendidikan.* Bandung: PT Remaja Rosdakarya.

Purwoko, Budi. 2007. *Pemahaman Individu Teknik Non Tes*. Surabaya: Unesa University Press

_____. 2008. *Organisasi dan Manajemen Bimbingan Konseling*. Surabaya: Unesa University Press

Pusat Bahasa Departemen Pendidikan Nasional. 2008. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta: Balai Pustaka.

Rahayu, Siti Putri Eka. 2009. *Studi Korelasi Antara Layanan Penempatan dan Penyaluran Kegiatan Ekstrakurikuler Terhadap Pengembangan Diri Siswa Kelas X SMK Negeri 1 Dlanggu Mojokerto.* Jombang: FKIP Universitas Darul Ulum

Rakhmat, 2005. *Psikologi Komunikasi,* Bandung: PT Remaja Rosda Karya

Ridwan. 2008. *Penanganan Efektif Bimbingan dan Konseling di Sekolah.* Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Romlah, Tatik. 2001. *Teori dan Praktik Bimbingan Kelompok*. Malang: Universitas Negeri Malang.

Royan, Frans M. 2006. *Time Table for Marketing Plan.* Yogyakarta: CV. Andi Offset.

Sagala, Syaiful. 2008. *Konsep dan Makna Pembelajaran*. Bandung: Alfabeta.

Salahudin, Anas. 2010. *Bimbingan dan Konseling*. Bandung: CV. Pustaka Setia.

Santoso, Singgih. 2002. *Buku Latihan SPSS Statistik Multivariat*. Jakarta: Elex Media Komputindo.

Sani, Moh. Mahmud. 2012. *Bimbingan dan Konseling Keluarga*. Mojokerto: Thoriq Al-Fikri.

_____. 2015. *Psikologi Pendidikan*. Mojokerto: Thoriq Al-Fikri.

Sarwono, Sarlito Wirawan. 2010. *Pengantar Psikologi Umum.* Jakarta: Rajawali Pers.

Semiawan, Conny R. 2009. *Penerapan Pembelajaran Pada Anak* . Jakarta: PT. Indeks.

Severe, S Ph D. 2002. *Bagaimana Bersikap Pada Anak Agar Bersikap Baik.* Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama

Siswanto. 2007. *Kesehatan Mental*: Konsep, Cakupan, dan Perkembangannya. Yogyakarta: Andi.

Sobur, Alex. 2003. *Psikologi Umum: Dalam Lintas Budaya.* Bandung: Pustaka Setia.

Soemadi Soeryabrata. 2004. *Psikologi Pendidikan,* Jakarta: Rajawali.

Soemanto, Wasty. 2006. *Psikologi Pendidikan: Landasan Kerja Pemimpin Pendidikan*. Jakarta: Rineka Cipta.

Sudrajat. 2011. *Layanan Informasi di Sekolah*, (Online), (http://www. Journal.com/doc, diakses 05 Pebruari 2011)

Sugiono. 2010. *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, kualitatif dan R & D).* Bandung: Alfabeta.

Sugiyono, 2008. *Metode Administrasi*, Bandung: CV Alfa Beta.

Sujak, Abi, 2000. *Kepemimpinan Manajer*. Cetakan Pertama. Jakarta: CV. Rajawali.

Sukardi, Dewa Ketut dan Nila Kusmawati. 2008. *Proses Bimbingan dan Konseling di Sekolah.* Jakarta: PT. Rineka Cipta.

_____. 2003. *Manajemen dan Organisasi Bimbingan Konseling di Sekolah.* Jakarta: RinekaCipta.

_____. 2008. *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Jakarta: PT Rineka Cipta.

Sukmadinata, Nana Syaodih, dkk. 2003. *Materi Bimbingan dan Konseling*. Bandung: Mutiara.

_____. 2009. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya

_____. 2003. *Landasan Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Rosda.

Sunarto dan Agung Hartono. 2008. *Perkembangan Peserta Didik.* Jakarta: PT. Rineka Cipta

Siririn. 2004. *Ilmu Jiwa Agama*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.

Surya, Hendra. 2004. *Kiat Mengatasi Perilaku Penyimpangan Perilaku Anak (Usia 3–12 Tahun)*. Jakarta: PT Elex Media Komputindo.

Surya, M. 2004. *Dasar-dasar Bimbingan dan Penyuluhan di Sekolah.* Jakarta: PPLPTK Dirjen Dikti Depdikbud.

Suryabrata, Hadi. 2005. *Beberapa Aspek Dasar-Dasar Kependidikan*. Jakarta: PT. Bina Aksara.

Suryabrata, Sumadi. 2004. *Psikologi Pendidikan*. Yogyakarta: PT. Raja Grasindo Persada.

Sutri. 2010. *Hubungan Layanan Orientasi Terhadap Perencanaan Karir Siswa Kelas VIII SMPN 2 Kutorejo Mojokerto.* Jombang: FKIP Universitas Darul Ulum

Taufiq, Agus (et.al). 2011. *Pendidikan Anak di SD*. Jakarta: Universitas Terbuka. .

Thantawy R. 2004. *Kamus Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: PT Pramator Presindo.

Tho'atin, Itsna. 2006. *Perbedaan Perilaku Disiplin Siswa*. Malang. IKIP Malang.

Thoha, Chabib. 2007. *Kapita Selekta Pendidikan Islam*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar (IKAPI)

Tim Penyusun Kamus Pusat Pembinaan dan Pengembangan. 2007. *Kamus Besar Bahasa Indonesia.* Jakarta: Balai Pustaka.

Tohirin, Abu. 2007. *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah (Berbasis Integrasi)*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.

Tohirin, Abu. 2007. *Dasar-dasar Bimbingan dan Penyuluhan di Sekolah dan Madrasah*. Jakarta: PPLPTK Dirjen Dikti Depdikbud.

Tulus, Tu'ul. 2004. *Peran Disiplin Pada Perilaku dan Prestasi Belajar*. Jakarta. Grasindo.

Udnaradjan, Dolet. 2003. *Manajemen Disiplin*. Jakarta: Gramedia.

Undang-Undang RI. No. 20 Tahun 2003. *Sistem Pendidikan Nasional.*

W. S. Winkel dan M.M. Sri Hastuti. 2004. *Bimbingan Dan Konseling Di Institusi Pendidikan*. Yogyakarta: Media Abadi.

Walgito, Bimo. 2004 *Bimbingan dan Penyuluhan di Sekolah*. Yogjakarta: Andi Offset.

______. 2005. *Pengantar Psikologi Umum.* Yogyakarta: Andi Offset.

______. 2010. *Bimbingan dan Konseling (Studi dan Bimbingan Sosial)* Yogyakarta: Andi.

Wardani Tg Ak, 2001. *Diagnosis Kesulitan Belajar dan Perbaikan Belajar.* Jakarta: Universitas Terbuka.

Wardati, dan M. Jauhar. 2011. *Implementasi Bimbingan dan Konseling Di Sekolah.* Jakarta: Prestasi Pustakarya.

Wardiman, Tjandra. 2006. *Kecerdasan Emosi dan Kiat-kiatnya*. Jakarta: Elex Media Komputindo.

Wiliis, Sofyan S. 2007. *Konseling Individual Teori dan Praktek*. Bandung: Alfabeta

______. 2009. *Konseling Keluarga (Family Counseling).* Bandung: Alfabeta.

Winkel, Sri Hastuti. 2010. *Bimbingan dan Konseling di Instuti Pendidikan*. Yogyakarta: Media Abadi.

Yusuf, Syamsu dan Juntika Nurihsan: 2008. *Landasan Bimbingan dan Konseling*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.

Yusuf, Syamsu. 2004. *Mental Hygiene: Pengembangan Kesehatan Mental Dalam Kajian Psikologi dan Agama.* Bandung: Pustaka Bani Quraisy.

Tentang Penyusun

MAHMUD lahir di Mojokerto 9 Agustus 1976. Pengalaman Pendidikan: MI di Pandanarum Pacet (1988), MTs. dan MA Mamba'ul Ulum di Mojosari (1991-1994), *Tarbiyatul Mu'allimin Al-Islamiyah* (TMI) Pon. Pes. Al-Amien Prenduan Sumenep (1998), STAI (IDIA) Al-Amien Sumenep Fakultas Dakwah (2000), Program Pascasarjana Universitas Negeri Surabaya (UNESA) Program Studi Manajemen Pendidikan (2005), Program Pascasarjana Universitas Wijaya Putra (UWP) Surabaya Program Magister Manajemen Konsentrasi Manajemen Sumber Daya Manusia (2005). Pengalaman mengajar: Pengajar di TMI Pon. Pes Al-Amien Prenduan Sumenep (1998-2001), Staf Pengajar di STAI (IDIA) Al-Amien Sumenep (1999-2001), Pengajar di STAI Al-Azhar Gresik (2001-2002), Pengajar di IAI Uluwiyah Mojokerto (2002-sekarang), serta beberapa Perguruan Tinggi Swasta yang lain. Selain Mengajar juga menulis serta aktif dalam pertemuan-pertemuan ilmiah. Selama studi penulis juga aktif dalam bidang jurnalistik. Ia pernah menjadi Pemred majalah *Qalam*, Pemred Majalah *Iqra'*, Pemred majalah *Al-Qawiyyul Amien*, serta penyunting buletin Mingguan IDIA *Al-Kalam*, *Ad-Dakwah*, dan *At-Tarbiyah,* Pemred *Jurnal Uluwiyah*. Karya-karyanya yang telah terbit lebih dari 360 judul buku mulai SD/MI sampai Perguruan Tinggi, antara lain: *Sejarah Pendidikan* (Al-Amien Press, 2001); *Pendidikan Agama Islam* (Duta Aksara, 2004); *Sejarah Kebudayaan Islam* (Duta Aksara, 2005); *Aqidah Akhlak* (Duta Aksara, 2005); *Fiqih* (Duta Aksara, 2005); *Pengantar Studi Islam 5 Jilid* (Thoriq Al-Fikri, 2012); *Teknik Menulis Karya Ilmiah* (Darul Falah Press, 2006); *Bahasa Arab SD/MI* (CV. MIA, 2009); *Pendidikan Agama Islam MI-MTs-MA* (CV. MIA, 2010); *Pengantar Ilmu Pendidikan* (Thoriq Al-Fikri, 2012); *Micro Teaching* (Thoriq Al-Fikri, 2012); *Metodologi Penelitian* (Thoriq Al-Fikri, 2012); *Bimbingan dan Konseling Keluarga* (Thoriq Al-Fikri, 2012); *Bimbingan dan Konseling Belajar* (Thoriq Al-Fikri, 2013); *Ilmu Pendidikan Islam* (Thoriq Al-Fikri, 2014); *Psikologi Pendidikan* (Thoriq Al-Fikri, 2015); *Filsafat Pendidikan Islam* (Kopertais4 Press, 2015); *Dasar-daar Bimbingan dan Konseling* (Thoriq Al-Fikri, 2016); *Politik dan Etika Pendidikan* (YPU, 2016); *Pedoman Penulisan Karya Ilmiah* (YPU, 2016); *Belajar Pembelajaran* (Thoriq Al-Fikri, 2016); dan lain-lain. .***

PROBLEMATIKA SISWA
DI SEKOLAH/MADRASAH

.

Belajar adalah suatu proses yang dapat menimbulkan terjadinya suatu perubahan atau pembaharuan dalam tingkah laku atau kecakapan. Dalam proses belajar tersebut, tentu banyak problem yang menyertainya. Problematika belajar tersebut acapkali nampak pada pribadi anak didik di sekolah/madrasah, sehingga membuat proses pendidikan dan pembelajaran kurang arif dan bijak, efektif dan efisien. Dengan memahami problematika belajar, diharapkan proses pendidikan dan pembelajaran akan lebih bijaksana, efektif dan efisien, baik bagi guru sebagai pendidik maupun siswa sebagai terdidik

Semoga bermanfaat. Amin.**

TENTANG PENULIS

Mahmud, lahir di Mojokerto Jawa Timur, 9 Agustus 1976. Dosen Jurusan Pendidikan Agama Islam ini adalah alumni TMI Pesantren Al-Amien Prenduan Sumenep (1998). Sarjana Bimbingan dan Konseling Islam dari STAI Al-Amien (IDIA) Sumenep (2000), Magister Pendidikan dari Universitas Negeri Surabaya (2005), dan Magister Manajemen dari Universitas Wijaya Putra Surabaya (2005).
Dosen Mata Kuliah Ilmu Pendidikan, Filsafat Pendidikan Islam, Politik dan Etika Pendidikan, Bimbingan dan Konseling, Metodologi Penelitian ini, telah banyak mengeluarkan karya-karyanya terutama di bidang yang ditekuninya. Di antaranya: Pengantar Ilmu Pendidikan (2012); Metodologi Penelitian (2012); Filsafat Pendidikan Islam (2013); Ilmu Pendidikan Islam (2014); Psikologi Pendidikan (2015); Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling (2015); Politik dan Etika Pendidikan (2016); Belajar Pembelajaran (2016); Dll.***

Penerbit
YAYASAN PENDIDIKAN ULUWIYAH
MOJOKERTO INDONESIA

ISBN 978-602-60025-3-2